

APLIKASI PERSONAL HYGIENE DAN AKTIFITAS TERJADWAL KEPADA PASIEN SKIZOFRENIA DENGAN DEFISIT PERAWATAN DIRI

Hafidh Shofi Fuad Efendi¹, Sri Widowati²

hafidh666@webmail.umm.ac.id¹, widowati@umm.ac.id²

Universitas Muhammadiyah Malang

ABSTRAK

Defisit perawatan diri mengacu pada kesulitan atau ketidakmampuan seseorang dalam melakukan aktivitas sehari-hari yang diperlukan untuk menjaga kesehatan dan kebersihan diri. Defisit perawatan diri yang parah dapat menyebabkan risiko kesehatan yang meningkat, infeksi, penurunan kualitas hidup, dan ketergantungan pada orang lain untuk kebutuhan dasar sehari-hari. Pada penelitian ini diambil subjek Tn. R usia 37 tahun yang mengalami defisit perawatan diri dengan tanda gelaja: fisik tampak lusuh, rambut kotor, badan berbau kurang sedap, gigi kotor, dan baju tampak tidak rapih. Penelitian ini bertujuan untuk mengimplementasikan dan mengevaluasi efektivitas intervensi personal hygiene dan Activity Daily Living (ADL) dalam meningkatkan kemandirian pasien skizofrenia dengan defisit perawatan diri. Studi kasus ini dilakukan pada satu pasien skizofrenia di UPT Bina Laras Pasuruan. Intervensi dilaksanakan selama 3 hari dengan sesi harian 20-30 menit, yang mengintegrasikan pelatihan personal hygiene ke dalam jadwal Activity Daily Living (ADL) terstruktur. Instrumen pengumpulan data menggunakan lembar observasi kemandirian dan kuesioner Indeks Barthel untuk mengukur kemampuan sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan skor kemandirian yang signifikan. Rata-rata skor pre-test sebesar 42,8% meningkat menjadi 80,5% pada post-test, dengan selisih peningkatan sebesar 37,7%. Peningkatan diamati pada berbagai aspek, seperti kemampuan menjelaskan dan mempraktikkan cara mandi yang benar, keramas, serta perawatan kuku yang sebelumnya tidak dikuasai. Intervensi kombinasi personal hygiene dan Activity Daily Living (ADL) terbukti efektif dalam meningkatkan kemandirian dan kemampuan perawatan diri pasien skizofrenia. Pendekatan terstruktur dan repetitif ini dapat dijadikan sebagai intervensi keperawatan standar untuk mengatasi defisit perawatan diri.

Kata Kunci: Personal Hygiene, Activity Daily Living (ADL), Skizofrenia, Defisit Perawatan Diri.

ABSTRACT

Self-care deficit refers to a person's difficulty or inability to perform daily activities necessary to maintain personal health and hygiene. Severe self-care deficits can lead to increased health risks, infections, decreased quality of life, and dependence on others for basic daily needs. In this study, the subjects of Mr. R. at the age of 37 were taken who experienced a deficit in self-care with signs of fatigue: physical appearance of shabby, dirty hair, body smelling unpleasant, dirty teeth, and clothes looking untidy. This study aims to implement and evaluate the effectiveness of personal hygiene and Activity Daily Living (ADL) interventions in improving the independence of schizophrenia patients with self-care deficits. This case study was conducted on one schizophrenic patient at UPT Bina Laras Pasuruan. The intervention was carried out for 3 days with daily sessions of 20-30 minutes, which integrated personal hygiene training into a structured Activity Daily Living (ADL) schedule. The data collection instrument used the independence observation sheet and the Barthel Index questionnaire to measure the ability before and after the intervention. The results showed a significant increase in independence scores. The average pre-test score of 42.8% increased to 80.5% in the post-test, with an increase of 37.7%. Improvements were observed in various aspects, such as the ability to explain and practice the correct way to bathe, shampooing, and nail care that were previously not mastered. A combination of personal hygiene and Activity Daily Living (ADL) interventions has been shown to be effective in improving the independence and self-care ability of schizophrenic patients. This structured and repetitive approach can be used as a standard nursing intervention to address self-care deficits.

Keywords: Personal Hygiene, Activity Daily Living (ADL), Schizophrenia, Self-Care Deficit.

PENDAHULUAN

Skizofrenia adalah sekelompok reaksi psikotik yang mempengaruhi berbagai area fungsi individu, termasuk berpikir, berkomunikasi, menerima, menginterpretasikan realitas, merasakan, dan menunjukkan emosi (Pardede et al., 2020). Skizofrenia dapat menyebabkan distorsi pikiran, persepsi, emosi, dan perilaku, sehingga klien dengan skizofrenia sering dikaitkan dengan defisit perawatan diri karena memiliki risiko yang lebih tinggi terhadap perilaku agresif (Ihsanul Arif & Zaini, 2023).

Skizofrenia menjadi salah satu permasalahan kesehatan yang signifikan didunia (Sepalanita & Khairani, 2019). Menurut data WHO, (2022) terdapat 450 juta orang didunia terkena skizofrenia. Data Riset Kesehatan Dasar (2018), masalah kesehatan jiwa di Indonesia dengan skizofrenia sebesar 19.8% atau sekitar 20 juta orang mengalami gangguan jiwa berat (Riskesdas, 2018). Berdasarkan data Rumah Sakit Jiwa di Indonesia, sekitar 70% pasien yang menjalani perawatan di ruang rawat inap rumah sakit jiwa mengalami masalah keperawatan skizofrenia (Kamariyah & Yuliana, 2021). Sejalan dengan penelitian Jatinandya & Purwito, (2020) data pasien yang mengalami skizofrenia di Jawa Timur sebanyak 5.130. Sehingga dapat disimpulkan bahwa jumlah pasien dengan diagnosa skizofrenia dengan defisit perawatan diri mendominasi sebagian besar pasien gangguan jiwa, oleh karena itu, hal ini patut menjadi arahan dan mencari solusi untuk mengatasinya.

Defisit perawatan diri mengacu pada kesulitan atau ketidakmampuan seseorang dalam melakukan aktivitas sehari-hari yang diperlukan untuk menjaga kesehatan dan kebersihan diri (Pardede et al., 2019). Defisit perawatan diri yang parah dapat menyebabkan risiko kesehatan yang meningkat, infeksi, penurunan kualitas hidup, dan ketergantungan pada orang lain untuk kebutuhan dasar sehari-hari (Erviana & Hargiana, 2018). Defisit perawatan diri pada pasien skizofrenia disebabkan oleh adanya gangguan kognitif atau persepsi yang menyebabkan ketergantungan terhadap kebutuhan perawatan dirinya (Indriani et al., 2021). Menurut Simanjuntak et al., (2024) tanda dan gejala defisit perawatan diri pada pasien skizofrenia adalah gangguan kebersihan diri yang ditandai dengan rambut acak-acakan, pakaian kotor dan tidak rapi, pakaian tidak sesuai, pada laki-laki tidak bercukur, pada wanita tidak berdandan, ketidakmampuan mengambil makan sendiri, makan berceceran, makan tidak pada tempatnya, atau tidak membersihkan diri dengan baik setelah buang air besar/kecil. Sejalan dengan penelitian Ismawati et al., (2023) defisit perawatan diri merupakan suatu kondisi pada seseorang yang mengalami kelemahan dan kemampuan untuk melengkapi aktifitas perawatan diri seperti mandi, berhias, makan, serta BAB/BAK, pasien skizofrenia dengan defisit perawatan diri mengalami kelainan dalam kemampuan untuk menyelesaikan aktifitas kehidupan sehari-hari secara mandiri.

Dampak dari defisit perawatan diri secara fisik yaitu: gangguan integritas kulit, gangguan membrane mukosa mulut, serta gangguan fisik pada kuku, juga berdampak pada masalah psikososial seperti gangguan kebutuhan rasa nyaman, kebutuhan dicintai dan mencintai, kebutuhan harga diri, aktualisasi diri, dan gangguan interaksi sosial (Putri, 2021). Tanda dan gejala secara psikologis adalah klien terlihat malas, menarik diri, merasa tidak berdaya, rendah diri, dan merasa hina, sedangkan secara sosial ditunjukkan dengan interaksi kurang, aktivitas minim, tidak mampu berprilaku sesuai norma, makan dan minum tidak teratur, buang air besar dan buang air kecil di sembarang tempat, serta tidak mampu mandi dan menggosok gigi secara mandiri.

Pada pasien defisit perawatan diri ada empat Standar Pelaksanaan Komunikasi (SP). Melatih kebersihan diri, melatih makan dan minum, melatih BAB dan BAK, dan melatih kebersihan dan kerapihan lingkungan. Pada SP 1, Melatih kebersihan diri: mandi, keramas, sikat gigi, berpakaian, berhias dan gunting kuku. Pada SP 2: melatih makan dan minum:

diskusikan gunanya makan dan minum yang baik dan teratur, diskusikan alat tempat makan dan minum, diskusikan kebutuhan makan dan minum yang baik: cuci tangan, berdo'a, makan dimeja makan. SP 3: Melatih BAB dan BAK: diskusikan gunanya BAB dan BAK, diskusikan tempat cara menggunakan, cara membersihkan tempat dan cara membersihkan diri, latih BAB dan BAK yang baik. SP 4: melatih kebersihan dan kerapihan lingkungan rumah: membersihkan dan merapikan lingkungan yaitu kamar, tidur, ruang makan, dapur, kamar mandi (Putri, 2021).

Dalam strategi pelaksanaan komunikasi asuhan keperawatan defisit perawatan diri, di ajarkan kemampuan untuk merawat diri. Setiap kemampuan yang diajarkan dimasukkan dalam jadwal harian untuk kemudian dilatih (Arimbi et al., 2024). Pelaksanaan jadwal harian dalam asuhan keperawatan defisit perawatan diri ini bermanfaat untuk meningkatkan kemandirian pasien dalam merawat diri (Rochmah, 2023). Tindakan keperawatan yang dapat dilakukan pada pasien dengan masalah defisit perawatan diri adalah melalui penerapan personal hygiene (Abdulah & Suerni, 2020). Personal hygiene merupakan aktivitas untuk memenuhi kebutuhan kebersihan sehari-hari (Wati, Cicilia et al., 2023).

Pemenuhan personal hygiene diperlukan untuk kenyamanan individu, keamanan, dan Kesehatan. Pemeliharaan personal hygiene berarti tindakan memelihara kebersihan dan kesehatan diri seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikisnya (Pinedendi et al., 2019). Seseorang dikatakan memiliki personal hygiene baik apabila, orang tersebut dapat menjaga kebersihan tubuhnya yang meliputi kebersihan kulit, gigi dan mulut, rambut, mata, hidung, dan telinga, kaki dan kuku, genitalia, serta kebersihan dan kerapihan pakaianya (Handayani et al., 2024). Jika melakukan personal hygiene dengan latihan secara berangsur-angsur tanpa bantuan orang lain diharapkan pasien dapat memenuhi kebutuhannya secara mandiri. Penerapan tindakan personal hygiene dapat diberikan melalui jadwal Activity Daily Living (ADL), aktivitas yang wajib dilakukan bagi perawatan diri antara lain : makan, minum, mandi, toileting, berpakaian, dan berpindah tempat (Puspita Sari et al., 2021).

Activity Daily Living (ADL) merupakan keterampilan dasar dan tugas okupasional yang harus dimiliki setiap orang untuk merawat dirinya secara mandiri yang dikerjakan seseorang sehari-harinya dengan tujuan untuk memenuhi kebutuhannya dengan perannya sebagai pribadi dalam keluarga dan masyarakat (Cahyaningsih et al., 2024). Faktor yang mempengaruhi akan cukup tingginya kemandirian ADL (Activity Daily Living) pada pasien skizofrenia diantaranya terbagi dalam 2 faktor yakni faktor internal seperti status kesehatan dan faktor umur (Haslinda et al., 2024). Dalam upaya meningkatkan Activity Daily Living (ADL) pada pasien skizofrenia diperlukan adanya keyakinan diri individu, dorongan keluarga dan kemampuan diri (Haslinda et al., 2024). Berdasarkan latar belakang masalah yang dipaparkan maka peneliti tertarik untuk memberikan intervensi penerapan personal hygiene dan activity daily living (ADL) kepada pasien skizofrenia dengan defisit perawatan diri.

METODOLOGI

Kegiatan ini adalah pemberian personal hygiene dan terapi non-farmakologi activity daily living (ADL) dengan peserta yaitu pasien skizofrenia dengan defisit perawatan diri di UPT Bina Laras Pasuruan, Provinsi Jawa Timur. Kegiatan dilaksanakan pada 6-11 Oktober 2025. Implementasi personal hygiene menggunakan metode studi kasus dengan defisit perawatan diri yang dilakukan 1 kali sehari selama 3 hari dengan durasi waktu 20-30 menit. Subjek yang diambil menggunakan kriteria inklusi seperti: 1. Pasien dengan masalah keperawatan utama defisit perawatan diri, 2. Pasien tidak mengalami retardasi mental, 3. Pasien minimal mengalami tingkat ketergantungan sedang. Instrumen yang digunakan dalam implementasi ini adalah lembar kueisoner karakteristik subjek, standar prosedur

operasional (SPO) personal hygiene, dan lembar observasi tingkat kemandirian sebelum dan setelah implementasi personal hygiene.

Tabel 1. Gambaran subjek penerapan

Identitas Pasien	Keterangan
Nama	Tn. R
Usia	37 Tahun
Jenis Kelamin	Laki- Laki
Agama	Islam
Pendidikan Terakhir	SMP
Tanggal Masuk RSBL	25 januari 2019
Riwayat Keluarga Gangguan Jiwa	Tidak ada
Alasan Masuk RSBL	Pasien mengakui bahwa seorang TNI, pernah riwayat kekerasan memukul neneknya, ketika kambuh melempar genteng rumah, pasien pernah bekerja menjadi TKI di Malaysia.
Faktor Predisposisi	Tidak Terkaji
Faktor Presipitas	Putus obat pada saat proses pengobatan sudah berjalan.
Pemeriksaan Fisik	Suhu : 36°C Nadi : 85x/menit RR : 20x/menit dan Tekanan Darah : 120/80 mmHg.

Terapi personal hygiene dengan activity daily living (ADL)

Terapi personal hygiene dengan activity daily living (ADL) diberikan kepada pasien dengan pola sesi terapi 3 (tiga) hari secara tatap muka langsung, durasi setiap sesi 20-30 menit. Dalam melakukan terapi rehabilitasi kemandirian ADL dilakukan dari sesi 1-5 setiap hari selama 3 hari. Pada sesi 1, klien diajarkan cara mandi yang benar, diajak menyisir rambut, memakai hand body untuk tangan dan kakinya dan memotong kukunya secara mandiri. Sesi 2, klien diajarkan mandi yang benar, diajak menyisir rambut, memakai hand body dan memakai pakaian secara mandiri. Sesi 3, klien diajarkan cara mandi yang benar, diajak menyisir rambut, memakai hand body, menyiram WC setelah BAK dan BAB. Sesi 4, klien diajarkan cara mandi yang benar, diajak menyisir rambut, memakai hand body, dan mencuci pakaian dalam. Sesi 5, klien diajarkan caramandi yang benar diajak menyisir rambut, memakai hand body, dan menjemur pakaian dalam yang telah dicuci.

Tabel 2. Lembar observasi penerapan personal hygiene dengan activity daily living

No	Item yang Dinilai	Pre	Post
		Tn.R	Tn.R
1. Mandi	Mampu menjelaskan pengertian mandi	√	√
	Mampu menjelaskan manfaat mandi	-	-
	Mampu menyebutkan alat/ bahan mandi (Sabun mandi, handuk, ember, air bersih, gayung mandi)	√	√
	Mampu menjelaskan cara mandi dan membersihkan badan mulai dari bagian kepala sampai kaki	-	√
	Mampu menggunakan sabun	√	√
	Mampu membilas badan dengan air hingga sisa sabun hilang diseluruh permukaan tubuh	-	√

	Mampu mengeringkan badan menggunakan handuk	√	√
2. Keramas	Mampu menjelaskan pengertian Keramas	-	√
	Mampu menjelaskan manfaat keramas	-	√
	Mampu menyebutkan alat/bahan untuk keramas (Shampo, handuk bersih, ember, air bersih, gayung mandi)	√	√
	Mampu menjelaskan cara keramas	-	√
	Mampu menggunakan shampo	√	√
	Mampu membilas dengan air bersih sampai tidak ada sisa busa shampo	√	√
	Mampu mengeringkan rambut menggunakan handuk	-	√
3. Menyikat Gigi	Mampu menjelaskan pengertian menyikat gigi	√	√
	Mampu menjelaskan manfaat menyikat gigi	-	√
	Mampu menyebutkan alat dan bahan menyikat gigi (Sikat gigi, pasta gigi, gelas plastik/gayung, air bersih, handuk kecil)	√	√
	Mampu menjelaskan cara menyikat gigi	-	-
	Mampu menggunakan pasta gigi dan alat gosok gigi	√	√
	Mampu berkumur	√	√
	Mampu membersihkan sikat gigi	√	√
4. Perawatan Kuku	Mampu menjelaskan pengertian perawatan kuku	-	√
	Mampu menjelaskan manfaat perawatan kuku	-	-
	Mampu menyebutkan alat dan bahan perawatan kuku (gunting kuku, handuk kecil, air hangat, sabun, baskom kecil)	-	√
	Mampu menyebutkan cara perawatan kuku	-	√
	Mampu menggunakan alat potong kuku	-	-
	Mampu memotong kuku tangan dan kaki	-	√
	Mampu mencuci tangan dan kaki menggunakan sabun	√	√
	Mampu mengeringkan tangan dan kaki dengan handuk kecil/tisu	√	√

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penerapan terapi personal hygiene dengan activity daily living (ADL) dilakukan oleh peneliti pada tanggal 6-8 Oktober 2025 di UPT Rehabilitasi Sosial Bina Laras Pasuruan, Provinsi Jawa Timur dengan jumlah sampel sebanyak 1 pasien yang dilakukan selama 3 hari dengan waktu ± 20 menit setiap sesi. Dari data penerapan terapi ini didapatkan hasil untuk melihat hasil observasi tanda gejala dan perubahan sebelum dan setelah penerapan terapi personal hygiene dengan activity daily living (ADL) menggunakan lembar kuesioner Indeks Barthel.

A. Pengukuran personal hygiene dengan activity daily living (ADL)

Tabel 3. Hasil pre test dan post test

Jumlah	15	10	24	23
Percentase	51,7%	34%	82%	79%
Rata - Rata		42,8%		80,5%
Selisih			37,7%	

Berdasarkan tabel diatas didapatkan bahwa selama 3 hari penerapan terapi personal hygiene dengan activity daily living (ADL) terdapat hasil nilai rata-rata kemampuan personal hygiene kedua subjek sebelum dilakukan intervensi adalah 42,8%, setelah dilakukan personal hygiene adalah 80,5%. Dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan kemampuan sebanyak 37,7%. Intervensi personal hygiene terbukti efektif dalam meningkatkan kemandirian pasien skizofrenia dengan defisit perawatan diri.

B. Dokumentasi kegiatan personal hygiene dengan activity daily living (ADL).



Gambar 1. Kegiatan potong rambut.



Gambar 2. Kegiatan membantu bersih diri.



Gambar 3. Kegiatan meminum obat rutin.



Gambar 4. Kegiatan membantu ganti baju.

Berdasarkan hasil pengukuran menggunakan lembar observasi, penerapan terapi personal hygiene dan activity daily living (ADL) selama tiga hari berturut-turut terbukti efektif dalam meningkatkan kemandirian pasien skizofrenia dengan defisit perawatan diri. Data pada Tabel 3 menunjukkan peningkatan skor kemandirian yang signifikan, dari rata-rata 42,8% pada pre-test menjadi 80,5% pada post-test, dengan selisih peningkatan sebesar 37,7%. Terapi personal hygiene dan activity daily living (ADL) terbukti efektif sebagai intervensi keperawatan pada pasien skizofrenia dengan defisit perawatan diri. Personal hygiene merupakan aktivitas yang berfokus pada pemenuhan kebutuhan kebersihan sehari-hari, seperti menjaga kebersihan kulit, rambut, gigi, kuku, dan pakaian, yang sangat berpengaruh pada kenyamanan, keamanan, dan kesehatan fisik serta psikologis pasien (Abdulah & Suerni, 2020; Wati, Cicilia et al., 2023). Sementara activity daily living (ADL) merupakan keterampilan dasar yang meliputi kegiatan makan, minum, mandi, toileting, berpakaian, dan berpindah tempat yang harus dikuasai seseorang secara mandiri untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari dalam peran sosialnya (Puspita Sari et al., 2021; Cahyaningsih et al., 2024). Faktor seperti status kesehatan, umur, keyakinan diri, dan dukungan keluarga menjadi determinan penting dalam peningkatan kemandirian ADL pasien skizofrenia (Haslinda et al., 2024). Temuan ini sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya yang melaporkan bahwa defisit perawatan diri pada pasien skizofrenia sangat terkait dengan gangguan kognitif yang menghambat kemampuan merawat diri, sehingga diperlukan intervensi yang berkelanjutan dan terprogram untuk mengatasi gangguan kebersihan pribadi dan aktivitas harian (Simanjuntak et al., 2024; Ismawati et al., 2023). Intervensi personal hygiene dan activity daily living (ADL) tidak hanya memperbaiki aspek fisik seperti kebersihan diri dan mengurangi risiko infeksi, tetapi juga memperbaiki psikososial pasien dengan meningkatkan harga diri, mengurangi rasa tidak berdaya, dan memperbaiki interaksi sosial (V. S. Putri, 2021; Erviana & Hargiana, 2018).

Personal hygiene berfokus pada pelatihan keterampilan spesifik untuk memenuhi kebutuhan kebersihan dasar, seperti mandi, keramas, menyikat gigi, dan merawat kuku, yang bertujuan langsung meningkatkan kenyamanan fisik, mencegah infeksi, dan memulihkan integritas kulit serta membran mukosa pasien (Abdullah & Suerni, 2020). Sementara itu, intervensi activity daily living (ADL) berperan dalam mengintegrasikan berbagai keterampilan personal hygiene yang terisolasi tersebut ke dalam sebuah rutinitas harian yang terstruktur dan bermakna, seperti merapikan tempat tidur, mencuci pakaian, dan menjemur pakaian, sehingga tidak hanya membangun kemandirian fisik tetapi juga memulihkan fungsi peran dan rasa tanggung jawab pasien dalam kehidupan sehari-hari (Cahyaningsih et al., 2024). Proses pembelajaran yang bertahap dan repetitif dalam sesi terapi ini mampu mengatasi gangguan kognitif dan persepsi yang menjadi akar penyebab defisit perawatan diri pada pasien skizofrenia, dengan membentuk jalur neural baru melalui neuroplastisitas yang mendukung terbentuknya kebiasaan (habit formation) yang lebih adaptif (Indriani et al., 2021). Penelitian Arimbi et al. (2024) menyimpulkan bahwa setiap kemampuan perawatan diri yang diajarkan harus dimasukkan dalam jadwal harian untuk dilatih, yang sejalan dengan metodologi dalam studi ini di mana aktivitas personal hygiene diintegrasikan ke dalam sesi activity daily living (ADL) yang terstruktur. Hal ini memperkuat bukti bahwa struktur dan rutinitas adalah komponen kunci dalam rehabilitasi pasien dengan defisit perawatan diri. Selain itu, Rochmah (2023) juga membuktikan bahwa pelaksanaan jadwal harian dalam asuhan keperawatan defisit perawatan diri bermanfaat untuk meningkatkan kemandirian pasien, yang merefleksikan peningkatan skor ADL sebesar 37,7% yang ditemukan dalam penerapan ini. Lebih lanjut, Puspita Sari et al. (2021) menegaskan bahwa penerapan tindakan personal hygiene melalui jadwal activity daily living (ADL) merupakan strategi yang efektif, seperti aktivitas seperti makan, minum, mandi, dan toileting yang dilatih dalam studi ini telah menunjukkan perbaikan yang terukur pada lembar observasi, seperti kemampuan membilas badan hingga bersih dan merawat kuku yang sebelumnya tidak dikuasai pasien. Dengan demikian, hasil yang diperoleh dalam studi kasus ini tidak hanya menunjukkan efektivitas intervensi secara statistik, tetapi juga didukung oleh kerangka teoretis dan empiris yang menyatakan bahwa kombinasi antara pelatihan keterampilan spesifik (personal hygiene) dan penerapannya dalam konteks kehidupan nyata yang terstruktur activity daily living (ADL) merupakan pendekatan holistik yang efektif untuk mengatasi defisit perawatan diri pada pasien skizofrenia, yang pada akhirnya meningkatkan kualitas hidup dan mengurangi ketergantungan mereka pada orang lain (V. S. Putri, 2021).

Efektivitas intervensi ini terletak pada kemampuannya mengatasi akar masalah defisit perawatan diri pada skizofrenia, yaitu gangguan kognitif dan persepsi yang menyebabkan ketidakmampuan untuk merencanakan dan melaksanakan urutan aktivitas yang rumit (Indriani et al., 2021). Intervensi personal hygiene yang terstruktur, seperti yang dilakukan dalam studi kasus ini dengan melatih mandi, keramas, dan menyikat gigi secara bertahap, berfungsi sebagai latihan kognitif spesifik. Pelatihan ini melatih ulang fungsi eksekutif otak, termasuk inisiasi, perencanaan sekuenzial, dan memori prosedural, yang sering terganggu pada skizofrenia. Sementara itu, integrasinya ke dalam jadwal ADL menciptakan rutinitas yang terprediksi. Rutinitas ini sangat krusial karena mengurangi beban kognitif pasien dengan mengotomatisasi tindakan melalui pengulangan, sehingga kegiatan perawatan diri yang awalnya membutuhkan usaha sadar yang besar dapat berubah menjadi kebiasaan yang lebih otomatis (Arimbi et al., 2024). Penelitian oleh Rochmah (2023) membuktikan bahwa pelaksanaan jadwal harian dalam asuhan keperawatan defisit perawatan diri secara signifikan bermanfaat untuk meningkatkan kemandirian pasien. Temuan ini sejalan dengan hasil studi kasus ini yang menunjukkan peningkatan skor kemandirian hingga 37.7%, di

mana pasien yang sebelumnya tidak mampu menjelaskan cara mandi atau merawat kuku menjadi mampu melakukannya setelah intervensi terstruktur. Lebih lanjut, Puspita Sari et al. (2021) menegaskan bahwa penerapan tindakan personal hygiene melalui jadwal ADL merupakan strategi yang efektif, karena aktivitas-aktivitas seperti toileting, berpakaian, dan makan yang dilatih dalam kerangka ADL langsung menargetkan area fungsional yang mengalami defisit. Keberhasilan pasien dalam menyelesaikan tugas personal hygiene yang konkret, seperti mandi hingga bersih atau memakai pakaian rapi, memberikan pengalaman mastery (penguasaan) dan prestasi yang terlihat. Prestasi kecil yang berulang ini secara bertahap mematahkan siklus rasa tidak berdaya, malas, dan rendah diri yang dialami pasien (V. S. Putri, 2021). Sejalan dengan itu, penelitian yang dilakukan oleh Haslinda et al. (2024) menyebutkan bahwa dalam upaya meningkatkan ADL pada pasien skizofrenia diperlukan keyakinan diri individu dan kemampuan diri. Dengan kata lain, peningkatan kemampuan ADL yang terukur akan berdampak balik (feedback positif) pada peningkatan harga diri dan efikasi diri pasien. Ketika harga diri membaik, motivasi intrinsik pasien untuk terus menjaga kebersihan diri dan kemandiriannya juga akan meningkat, menciptakan siklus pemulihan yang positif.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penerapan dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa intervensi keperawatan berupa penerapan personal hygiene dan Activity Daily Living (ADL) terbukti efektif dalam meningkatkan kemandirian pasien skizofrenia dengan defisit perawatan diri. Hal ini ditunjukkan dengan peningkatan skor kemandirian yang signifikan dari rata-rata 42,8% menjadi 80,5% setelah intervensi. Kombinasi kedua terapi ini berhasil mengatasi akar masalah, yaitu gangguan kognitif dan persepsi, melalui pendekatan yang terstruktur, repetitif, dan berorientasi pada rutinitas. Personal hygiene memberikan fondasi keterampilan dasar perawatan diri, sementara Activity Daily Living (ADL) mengintegrasikan keterampilan tersebut ke dalam konteks kehidupan sehari-hari yang bermakna, sehingga tidak hanya memperbaiki aspek fisik tetapi juga meningkatkan harga diri dan fungsi psikososial pasien.

Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, terdapat beberapa saran yang dapat direkomendasikan:

1. Bagi Praktisi Keperawatan Jiwa: Intervensi personal hygiene dan Activity Daily Living (ADL) yang terstruktur dan berkelanjutan seharusnya menjadi bagian integral dari asuhan keperawatan bagi pasien skizofrenia dengan defisit perawatan diri. Perlu adanya komitmen untuk konsisten dalam menerapkan jadwal latihan guna membentuk kebiasaan baru pasien.
2. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan: Disarankan untuk menyusun Standar Operasional Prosedur (SOP) yang jelas mengenai terapi personal hygiene dan Activity Daily Living (ADL), serta menyediakan fasilitas yang mendukung pelaksanaan terapi ini secara optimal di rumah sakit jiwa maupun unit rehabilitasi.
3. Bagi Keluarga dan Pengasuh: Keluarga disarankan untuk dilibatkan secara aktif dalam proses terapi. Pendidikan kesehatan tentang pentingnya personal hygiene dan Activity Daily Living (ADL) serta cara mendukung dan mengingatkan pasien di rumah sangat diperlukan untuk mempertahankan kemandirian pasien setelah pulang dari fasilitas perawatan.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya: Penelitian lebih lanjut dengan desain yang lebih kuat, seperti pre-experimental atau quasi-experimental dengan sampel yang lebih besar dan kelompok kontrol, diperlukan untuk menggeneralisasi temuan. Selain itu,

mengeksplorasi faktor-faktor lain yang mempengaruhi keberhasilan intervensi, seperti dukungan sosial dan budaya, dapat menjadi topik penelitian yang berharga.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, A. Z., & Suerni, T. (2020). Pengaruh Terapi Bercocok Tanam Terhadap Tingkat Kemandirian Adl Pasien Skizofrenia Di Rsjd Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah. *Journal Of Chemical Information And Modeling*, 5(9), 1689–1699. <Https://Yapindo-Cdn.B-Cdn.Net/Article/2471/1696054327154.Pdf>
- Arimbi, D., Rastya, A., & Hadikusuma, Y. L. (2024). Correlation Between Self-Efficacy And The Level Of Activity Daily Living Independence In Schizophrenia Patients At Radjiman Wediodiningrat Hospital. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi)*, 9(1), 98–102. <Https://Doi.Org/10.51143/Jksi.V9i1.616>
- Cahyaningsih, E. A., Citra, O. W. M., & Putra, A. P. E. (2024). Penerapan Terapi Rehabilitasi Kemandirian Activity Of Daily Living (Adl) Pada Pasien Skizofrenia Di Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Lampung. *Mahesa : Malahayati Health Student Journal*, 4(3), 818–830. <Https://Doi.Org/10.33024/Mahesa.V4i3.13150>
- Erviana, I., & Hargiana, G. (2018). Aplikasi Asuhan Keperawatan Generalis Dan Psikoreligius Pada Klien Gangguan Sensori Persepsi: Halusinasi Penglihatan Dan Pendengaran. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 2(2), 114–123. <Https://Doi.Org/10.37294/Jrkn.V2i2.106>
- Handayani, H., Hasanah, U., & Fitri, N. L. (2024). Implementation Of Personal Hygiene On The Independence Of Self-Care Deficit Patients. 24(7), 28–42.
- Haslinda, Abdullah, R., Harun, B., & Nurbaiti. (2024). Implementasi Latihan Activity Daily Living (Adl) Pada Pasien Isolasi Sosial Untuk Meningkatkan Sosialisasi Di Ruang Sawit Rskd Dadi Provinsi Sulawesi Selatan. 2, 211–220.
- Ihsanul Arif, F., & Zaini, M. (2023). Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Dengan Masalah Defisit Perawatan Diri Di Ruang Merpati Rumah Sakit Jiwa Dr Radjiman Wediodiningrat Lawang. *Health & Medical Sciences*, 1(2), 1–10. <Https://Doi.Org/10.47134/Phms.V1i2.33>
- Indriani, B., Fitri, N., & Utami, I. T. (2021). Pengaruh Penerapan Aktivitas Mandiri : Kebersihan Diri Terhadap Kemandirian Pasien Defisit Perawatan Diri Di Ruang Kutilang Rsj Daerah Provinsi Lampung. *Jurnal Cendikia Muda*, 1(September), 382–389.
- Ismawati, L. R., Rahmawati, A. N., & Khasanah, S. (2023). Asuhan Keperawatan Defisit Perawatan Diri Pada Pasien Tn . S Dengan Skizofrenia (Nursing Care For Self-Care Deficit In Patients Mr . S With Schizophrenia).
- Jatinandya, M. P. A., & Purwito, D. (2020). Terapi Okupasi Pada Pasien Dengan Halusinasi Di Rumah Sakit Umum Daerah Banyumas. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, September, 295–301.
- Kamariyah, K., & Yuliana, 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 Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(2), 511. <Https://Doi.Org/10.33087/Jiub.V21i2.1484>
- Pardede, J. A., Keliat, B. A., & Wardhani, I. Y. (2019). Kepatuhan Dan Komitmen Klien Skizofrenia Meningkat Setelah Diberikan Acceptance And Commitment Therapy Dan Pendidikan Kesehatan Kepatuhan Minum Obat. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 18(3), 157–166. <Https://Doi.Org/10.7454/Jki.V18i3.419>
- Pardede, J. A., Keliat, B. A., & Wardhani, I. Y. (2020). Kepatuhan Dan Komitmen Klien Skizofrenia Meningkat Setelah Diberikan Acceptance And Commitment Therapy Dan Pendidikan Kesehatan Kepatuhan Minum Obat. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 18(3), 157–166. <Https://Doi.Org/10.7454/Jki.V18i3.419>
- Pinedendi, N., Rottie, J. V., & Wowiling, F. (2019). Pengaruh Penerapan Asuhan Keperawatan Defisit Perawatan Diri Terhadap Kemandirian Personal Hygiene Pada Pasien Di Rsj. Prof.V.L.Ratumbuysang Manado. *Ejournal Keperawatan*, 4(2), 1–7.
- Puspita Sari, S., Hasanah, U., Inayati, A., & Keperawatan Dharma Wacana Metro, A. (2021). Penerapan Personal Hygiene Terhadap Kemandirian Pasien Defisit Perawatan Diri. *Jurnal*

- Cendikia Muda, 1(3), 372–382.
- Putri, V. S. (2021). Pengaruh Penerapan Standar Komunikasi Defisit Perawatan Diri Terhadap Kemandirian Merawat Diri Pada Pasien Skizofrenia Di Ruang Rawat Inap Delta Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 31. <Https://Doi.Org/10.36565/Jab.V10i1.266>
- Riskesdas. (2018). Penerapan Terapi Bercakap-Cakap Pada Pasien Gangguan Persepsi Sensori: Halusinasi. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1, 2398–2403. <Https://Doi.Org/10.48144/Prosiding.V1i.1077>
- Rochmah, M. (2023). Studi Kasus Penerapan Personal Hygiene Terhadap Karya Tulis Ilmiah Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Dalam Menyelesaikan Pendidikan Diploma Iii Keperawatan Oleh : Program Studi Diploma Iii Keperawatan. 12.
- Sepalanita, W., & Khairani, W. (2019). Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok Dengan Stimulasi Persepsi Terhadap Kemampuan Mengontrol Halusinasi Pada Pasien Skizofrenia. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 19(2), 426. <Https://Doi.Org/10.33087/Jiubj.V19i2.690>
- Simanjuntak, T. H., Gustina, E., Pratama, M. Y., & Olivia, N. (2024). Asuhan Keperawatan Defisit Perawatan Diri Pada Pasien Isolasi Sosial Di Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. M. Ildrem Medan. *Sentri: Jurnal Riset Ilmiah*, 3(1), 1–7. <Https://Doi.Org/10.55681/Sentri.V3i1.1975>
- Wati, Cicilia, S., Hasanah, U., & Utami, Indhit, T. (2023). Penerapan Latihan Personal Hygiene : Kebersihan Diri Terhadap Kemampuan Pasien Defisit Perawatan Diri Di Ruang Kutilang Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Lampung. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(1), 104. <Chrome-Extension://Oemmndcbldboiebfnladdacbdffmadadm/Https://Jurnal.Akperdharmawacana.Ac.Id/Index.Php/Jwc/Article/Download/445/280>
- Who. (2022). Studi Kasus Penerapan Terapi Dzikir Pada Pasien Gangguan Persepsi Sensori (Halusinasi Pendengaran) Diruang Arjuna Rsud Banyumas. *Jurnal Ilmu Sosial*, 1(6), 315. <Https://Www.Bajangjournal.Com/Index.Php/Jisos/Article/View/2727>