

TERAPI SENI PADA PASIEN DALAM PERAWATAN PALIATIF: SEBUAH LAPORAN KASUS

NUR WAHYUDIANTO^{1*}, NI KETUT PUTRI ARIANI², IDA AJU KUSUMA WARDANI²

Fakultas Kesehatan, Universitas Udayana
Prof. Dr. I.G.N.G. Ngoerah General Hospital, Denpasar, Bali, Indonesia²
Corresponding Author: 1*nurwahyudianto@gmail.com

ABSTRAK

Perawatan paliatif merupakan pendekatan medis yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien yang menghadapi penyakit serius dan tidak dapat disembuhkan. Komunikasi dan ekspresi emosi pada pasien dalam perawatan paliatif sering kali menjadi tantangan. Art therapy telah mendapatkan perhatian sebagai pendekatan tambahan dalam membantu pasien mengatasi kesulitan komunikasi dan mengungkapkan perasaan. Seorang laki-laki berusia 39 tahun yang menderita kanker stadium lanjut. Selama dirawat di rumah sakit, pasien sering terlihat sedih, cemas dan mudah tersinggung. Art therapy yang dipilih oleh pasien adalah menggambar dengan media berupa buku gambar dan pensil warna. Sesi art therapy membantu pasien merasa lebih tenang dan mengurangi kecemasan terkait perawatan paliatif. Penerapan art therapy menghasilkan peningkatan yang nyata dalam kemampuan pasien untuk berkomunikasi dan mengekspresikan emosi. Pasien terlibat dalam berbagai media seni untuk menyampaikan perasaan dan pikiran yang sebelumnya sulit diartikulasikan secara verbal. Art therapy memiliki potensi untuk meningkatkan komunikasi dan ekspresi emosi pada pasien yang menjalani perawatan paliatif. Pendekatan ini dapat menjadi pelengkap penting dalam perawatan holistik bagi pasien dengan penyakit serius.

Kata kunci: art therapy, komunikasi, ekspresi, perawatan paliatif

ABSTRACT

Palliative care is a medical approach that aims to improve the quality of life of patients facing serious and incurable illnesses. Communication and expression of emotions in patients in palliative care is often a challenge. Art therapy has gained attention as an additional approach to helping patients overcome communication difficulties and express feelings. A 39 year old man suffering from advanced cancer. During hospitalization, patients often look sad, anxious and irritable. The art therapy chosen by the patient was drawing using drawing books and colored pencils as media. Art therapy sessions help patients feel calmer and reduce anxiety related to palliative care. The application of art therapy results in a marked improvement in the patient's ability to communicate and express emotions. Patients engage in various artistic media to convey feelings and thoughts that were previously difficult to articulate verbally. Art therapy has the potential to improve communication and emotional expression in patients undergoing palliative care. This approach can be an important complement to holistic care for patients with serious illnesses.

Keywords: art therapy, communication, expression, palliative care

PENDAHULUAN

Perawatan paliatif dapat didefinisikan sebagai suatu bagian dari pencegahan dan pengurangan penderitaan dalam bentuk apapun, baik fisik, psikologis, sosial, maupun spiritual yang dialami oleh seseorang dengan masalah kesehatan yang terbatas masa hidupnya (Putranto et al. 2017). Perhatian utama dari perawatan ini meliputi keseluruhan pribadi yang berpusat pada pasien, keterbukaan dan kejujuran dalam komunikasi, penerimaan akan kematian yang

tidak terelakkan, peningkatan kualitas hidup, kerja sama tim multidisiplin yang diintegrasikan dengan pelibatan masyarakat (Clark 2018; Trachsel et al. 2016). Secara khusus, psikiatri paliatif berfokus pada kesehatan mental daripada masalah medis atau fisik. Keunggulan psikiatri paliatif adalah untuk membantu pasien dengan penyakit mental persisten yang parah dan yang berisiko mengalami pengabaian terapi dan pengobatan yang terlalu agresif dengan kondisi medis atau fisik mereka (Trachsel et al. 2016).

Kemampuan dasar yang perlu dikembangkan dalam psikiatri paliatif meliputi komunikasi tim multi-profesi terkait diagnosis dan prognosis, penilaian dan manajemen gejala, perencanaan perawatan lanjutan, kebutuhan pengasuh, serta kebutuhan rujukan ke layanan khusus (Strandet al. 2020; Trachsel et al. 2016). Ketika merawat pasien dengan kondisi medis yang membatasi hidup, psikiatri berkolaborasi dalam tim multidisiplin karena sebagian besar pasien yang menerima perawatan paliatif disertai dengan berbagai kondisi seperti, kecemasan, depresi, delirium, dan gejala mental lainnya yang mendekati ambang batas gangguan jiwa (Strand et al. 2020). Pada bidang psikiatri sendiri, terdapat berbagai intervensi klinis yang dapat digunakan khususnya untuk pasien dalam perawatan paliatif, salah satunya adalah terapi seni. Intervensi klinis ini memanfaatkan kualitas ekspresif dari pembuatan karya seni yang bermanfaat untuk meringankan beban gejala fisik, mental, dan emosional. Terapi seni merupakan proses kreatif yang dapat membantu seseorang mengeksplorasi ekspresi diri sehingga mereka dapat menemukan cara baru untuk mendapatkan kembali identitas mereka dan mengembangkan keterampilan coping yang baru. Seni yang dihasilkan dapat membantu seseorang mengeksplorasi emosi, mengembangkan kesadaran diri, mengatasi stres, meningkatkan harga diri, dan melatih keterampilan sosial. Berbagai teknik dapat digunakan dalam terapi seni seperti kolase, mewarnai, grafiti, melukis, fotografi, memahat, dan kerajinan tanah liat (Hu et al. 2021).

Sewaktu pasien menciptakan karya seni, mereka dapat menganalisis karya mereka secara dekat dengan mencoba membuat mereka memahami apa yang telah mereka buat dan bagaimana perasaan mereka terhadap karya tersebut. Lewat eksplorasi seni, seseorang dapat mencari tema dan konflik yang mungkin telah memengaruhi pikiran, emosi, dan perilaku mereka selama ini. Pembuatan karya seni pada dasarnya dapat membuat seseorang berada dalam kondisi kesadaran yang relatif berubah karena hal ini (Hu et al. 2021). Penderita dalam perawatan paliatif mungkin memiliki kontrol yang baik terhadap ketidaknyamanan kondisi fisiknya, namun, mereka juga harus menghadapi berbagai tantangan dalam mempertahankan kualitas hidup mereka, mereka membutuhkan perawatan di bidang mental dan spiritual juga, karena mereka telah mengalami berbagai tekanan dalam perjalanannya. Art therapy dapat memberikan makna yang lebih pada akhir hidup pasien, dan dengan demikian meningkatkan efek terapeutik untuk mengontrol gejala (Lin et al. 2012).

Keberadaan terapi seni memberikan kesempatan untuk meningkatkan kepuasan diri, bahwa terapi seni memberikan tempat untuk mengekspresikan diri, dengan cara berinteraksi untuk mendapatkan pemahaman diri. Art therapy juga bermanfaat bagi seseorang, meskipun orang tersebut tidak memiliki masalah, untuk meningkatkan dan memperdalam kreativitas dan imajinasi. Aktivitas dalam terapi seni memfasilitasi eksplorasi identitas, dalam kehidupan sehari-hari. Terapi seni adalah bentuk psikoterapi yang menggunakan media seni, materi seni, dan pembuatan seni untuk berkomunikasi. Bentuk media seni dapat berupa pensil, kapur, pewarna, cat, potongan kertas, dan tanah liat. Kegiatan yang dilakukan meliputi berbagai aktivitas seni seperti menggambar, melukis, memahat, menari, gerakan kreatif, melihat dan menilai karya seni orang lain. Adapun manfaat utama dari proses terapi seni meliputi, penemuan diri, kepuasan pribadi, pemberdayaan, rileks dan melepaskan stres, memperbaiki gejala dan rehabilitasi fisik, yang dapat membantu pasien mengatasi rasa sakit dan dapat

meningkatkan penyembuhan fisiologis ketika pasien mengidentifikasi dan mengatasi kemarahan, kebencian, dan stres emosional lainnya (King et al. 2019).

Aktivitas seni sebagai terapi memiliki potensi untuk mengaktifkan jalur saraf yang berkaitan dengan sensasi sentuhan dan kinestetik yang terkait dengan korteks somatosensori primer. Proses sensorik meliputi sentuhan, gerakan, visual, dan suara. Pertemuan berbagai area otak yang berbeda, seperti girus temporal superior adalah area integrasi polimodal. Mengekspresikan, mengalami, dan belajar bagaimana mengatur pengaruh dapat terjadi lebih mudah melalui integrasi sensorik dan aktivitas gerakan kinestetik yang terkait dengan kegiatan terapi seni. Melalui proses pembuatan karya seni sensorik, dapat mendorong integrasi vertikal, fungsi otak, dan menghasilkan perasaan yang kompleks seperti kepenulisan. Penjelajahan non-verbal dan ekspresi emosi dapat mendorong ekspresi perasaan kortikal yang lebih kompleks seperti tekad untuk menyelesaikan masalah atau antisipasi terhadap rasa bangga atau malu jika tugas selesai atau tidak memenuhi harapan. Pencapaian kondisi mental yang stabil juga membutuhkan integrasi fungsi otak kiri dan kanan, yang berpotensi dapat difasilitasi oleh pembuatan seni terapeutik (King et al. 2019; Naimi 2009).

METODE PENELITIAN

Metode terapi seni yang diterapkan pada pasien kanker paru dalam perawatan paliatif:

1. Pemilihan Media Seni

Media seni yang dipilih adalah menggambar dengan buku gambar dan pensil warna. Alasannya karena dinilai lebih simpel, mudah, dan praktis untuk pasien.

2. Persiapan Pasien

Sebelum memulai terapi, tim paliatif psikiatri melakukan penilaian kondisi fisik dan mental pasien. Ini penting untuk memastikan pasien layak mengikuti terapi.

3. Pelaksanaan Terapi

Pasien diberikan kebebasan mengekspresikan ide kreatifnya dalam bentuk gambar tanpa banyak campur tangan terapis. Terapis hanya memantau dari jauh dan memberikan batasan waktu maksimal 30 menit per sesi.

4. Evaluasi Hasil

Setelah sesi terapi selesai, terapis menanyakan perasaan pasien, apa yang dipikirkan atau teringat selama proses pembuatan gambar, apa yang mudah atau sulit. Ini penting untuk mengevaluasi efektivitas terapi.

5. Tindak Lanjut

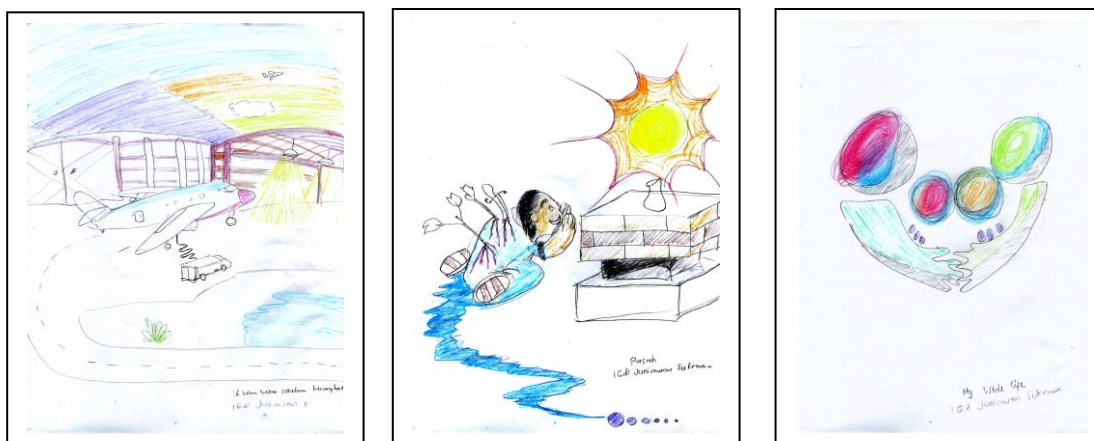
Berdasarkan evaluasi, terapi seni dapat dilanjutkan beberapa sesi ke depan jika memberikan manfaat bagi pasien. Tim psikiatri paliatif terus memantau perkembangan kondisi mental dan fisik pasien.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pasien adalah seorang pria berusia 39 tahun yang sedang menjalani perawatan paliatif di ruang rawat inap rumah sakit dengan keluhan sesak napas dan sering batuk. Pasien menderita kanker paru sejak 2 tahun yang lalu dan telah menjalani 35 kali radioterapi selama sakitnya. Pasien telah dirawat di rumah sakit sebanyak 4 kali sejak didiagnosis menderita kanker. Selama dirawat di rumah sakit, pasien sering terlihat sedih, cemas dan mudah tersinggung, terutama ketika keluhan sesak napasnya memburuk. Pasien adalah seorang ayah dari 2 orang anak yang bekerja di bidang teknologi informasi. Pasien tidak memiliki riwayat pengobatan psikiatri sebelumnya. Pada saat dilakukan pemeriksaan oleh tim paliatif psikiatri, pasien tampak putus asa, merasa sedikit putus asa dengan penyakit kankernya yang tidak kunjung sembuh dan semakin parah. Pasien merasa beban hidupnya semakin berat dengan aktivitas sehari-hari yang semakin terbatas karena keluhan sesak napas yang semakin berat. Pasien bekerja di bidang

desain informatika ini memiliki hobi menggambar, namun selama sakit minatnya untuk menyalurkan hobinya menjadi berkurang. Psikiatri paliatif menawarkan terapi seni yang sesuai untuk pasien, menjelaskan kepada pasien tujuan dan manfaat melakukan terapi ini. Terapi dilakukan setelah mendapatkan persetujuan pasien, dilakukan dalam waktu 30 menit di setiap sesi. Tanda-tanda vital dipantau dan kondisi fisik pasien dievaluasi sebelum terapi.

Terapi seni yang dipilih oleh pasien adalah menggambar dengan media berupa buku gambar dan pensil warna. Alasan pasien memilih hal ini karena lebih simpel, mudah dan praktis. Selama terapi berlangsung, pasien merasa dibawa ke memori masa lalunya saat masih sehat sehingga memunculkan ide-ide yang kemudian diekspresikan dalam bentuk gambar.



Gambar 1-3. Gambar hasil terapi seni pasien kanker paru dengan perawatan paliatif psikiatri.

Terapis memberikan kebebasan kepada pasien untuk mengekspresikan ide kreatifnya selama pembuatan karya seni, namun terapis tetap mengevaluasi kondisi fisik pasien dan memberikan batas waktu maksimal 30 menit per hari. Pada gambar 1-3 pasien menggambarkan kenangan masa lalu, kondisi saat ini, dan harapan yang ingin dicapai. Setelah melakukan sesi terapi pasien merasa lebih nyaman, perasaan cemas dan sedih yang sebelumnya dirasakan juga berkurang. Saat kreasi seni sedang dibuat, terapis dapat mengamati prosesnya tanpa campur tangan atau menghakimi. Terapis dapat mengajukan pertanyaan tentang bagaimana perasaannya, tentang proses pembuatan karya seni, apa yang mudah atau sulit dalam membuat karya seni, dan apa yang dipikirkan atau diingat dari proses pembuatan karya seni tersebut.

Laporan kasus ini memaparkan penerapan terapi seni pada seorang pasien pria berusia 39 tahun yang menjalani perawatan paliatif di rumah sakit dengan diagnosis kanker paru stadium lanjut. Pasien sering tampak sedih, cemas, dan mudah tersinggung selama perawatan. Oleh karena itu, tim psikiatri paliatif memberikan intervensi terapi seni berupa menggambar dengan buku dan pensil warna untuk meningkatkan kondisi mental pasien.

Hasil menunjukkan bahwa terapi seni memberikan manfaat positif bagi pasien. Media menggambar dipilih karena sesuai dengan hobi pasien sehingga mampu mengembalikan kenangan indah masa lalunya. Setelah mengikuti beberapa sesi terapi, pasien menjadi lebih tenang, perasaan cemas dan putus asa berkurang, meski kondisi fisik sesak napasnya belum membaik. Pasien juga merasa lebih nyaman secara psikologis.

Secara keseluruhan, hasil studi kasus ini menunjukkan bahwa terapi seni layak dipertimbangkan sebagai intervensi tambahan dalam perawatan paliatif pasien kanker. Dengan membantu menurunkan kecemasan dan beban mental, terapi ini dapat meningkatkan kualitas

hidup pasien menjelang akhir hayat. Diperlukan penelitian lebih lanjut mengenai terapi seni pada populasi paliatif yang lebih besar.

Diskusi

Setiap saat akan ada banyak proses yang mempengaruhi area otak untuk menjadi lebih aktif. Secara proses interaksi seseorang dengan media seni dalam sebuah terapi seni dapat melibatkan fungsi-fungsi saraf yang dimulai dari rangsangan perifer dari berbagai modalitas sensorik atau dari ekspresi emosi secara spontan, atau keduanya. Aktivitas kognitif kompleks yang terjadi selama pembuatan karya seni dapat membantu mengaktifkan area sensorik dan aktivitas motorik (King et al. 2019). Kemampuan otak untuk menciptakan jalur baru, yang biasa disebut neuroplastisitas, dapat menjadi acuan dalam menciptakan pemikiran yang lebih positif, sehingga menghasilkan perilaku dan hubungan yang lebih positif dengan orang lain. Pembuatan karya seni pada pasien dalam perawatan paliatif dapat menciptakan jalur baru, sehingga berpengaruh dalam mengurangi stres dan menenangkan otak sehingga otak akan menjadi rileks. Pada pasien yang semakin sering berlatih, maka otak akan semakin lunak, sehingga dengan semakin lunaknya otak seseorang akan mudah untuk mengubah pola dan perilaku menjadi lebih baik (Naimi, 2009; Stewart, 2004).

Art therapy dapat menjadi cara yang efektif terutama dalam bidang paliatif yang berkaitan dengan masalah akhir hidup pasien kanker yang menghadapi kematian. Selama proses pembuatan karya seni, pasien dapat terlibat secara langsung atau tidak langsung yang membantu mereka untuk melaporkan berbagai pengalaman emosional, sensorik, kognitif, dan spiritual. Melalui cara ini, terapi seni dapat membantu mendukung kesejahteraan emosional pasien dan keluarga dalam perawatan paliatif.

KESIMPULAN

Pendekatan terapi seni lebih berfokus pada pikiran dan raga yang dapat membantu mengatur, mengintegrasikan, dan meningkatkan kompleksitas intrapersonal dan interaksi interpersonal. Perkembangan neurobiologi interpersonal yang terjadi pada proses art therapy bermanfaat terutama pada pasien yang menjalani perawatan paliatif, di mana beban stresnya cukup tinggi dan kualitas hidupnya mulai menurun. Ketika melakukan terapi seni, ada beberapa hal yang perlu ditekankan seperti mempelajari mekanisme plastisitas untuk dapat membimbing mereka, menekan perubahan yang dapat menyebabkan hal yang tidak diinginkan, dan meningkatkan perilaku yang menghasilkan manfaat yang baik bagi pasien.

DAFTAR PUSTAKA

- Clark, D 2018, *Cicely Saunders: A life and legacy*, *Cicely Saunders: A Life and Legacy*.
- Hu, J, Zhang, J, Hu, L, Yu, H & Xu, J 2021, *Art Therapy: A Complementary Treatment for Mental Disorders*, *Frontiers in Psychology*, vol. 12.
- King, JL, Kaimal, G, Konopka, L, Belkofer, C & Strang, CE 2019, 'Practical Applications of Neuroscience-Informed Art Therapy', *Art Therapy*, vol. 36, no. 3.
- Lin, MH, Moh, SL, Kuo, YC, Wu, PY, Lin, CL, Tsai, MH, Chen, TJ & Hwang, SJ 2012, 'Art therapy for terminal cancer patients in a hospice palliative care unit in Taiwan', *Palliative and Supportive Care*, vol. 10, no. 1.
- Naimi, M 2009, 'Review of Art therapy and clinical neuroscience.', *Canadian Art Therapy Association Journal*, vol. 22, no. 1.
- Putranto, R, Mudjaddid, E, Shatri, H, Adli, M & Martina, D 2017a, *Development and challenges of palliative care in Indonesia: Role of psychosomatic medicine*, *BioPsychoSocial Medicine*, vol. 11, BioMed Central Ltd., no. 1.

- Stewart, EG 2004, 'Art therapy and neuroscience blend: Working with patients who have dementia', *Art Therapy*, vol. 21, no. 3.
- Strand, M, Sjöstrand, M & Lindblad, A 2020, *A palliative care approach in psychiatry: Clinical implications*, *BMC Medical Ethics*, vol. 21, BioMed Central Ltd., no. 1.
- Trachsel, M, Irwin, SA, Biller-Andorno, N, Hoff, P & Riese, F 2016, 'Palliative psychiatry for severe persistent mental illness as a new approach to psychiatry? Definition, scope, benefits, and risks', *BMC*