

Literature Review**Pemberian *Rational Emotive Behavior Therapy* Dalam Mengontrol Perilaku Agresif Pada Pasien Perilaku Kekerasan**Rilarahmawati Thalib¹, Rusli Abdullah²^{1,2}Departemen Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIK) Makassar**Article Info****Abstrak****Article History:**Received
2022-01-05Accepted
2022-04-01Published
2022-06-01**Keywords:***Violent Behavior;*
Rational Emotional
Behavior Therapy;
Aggressive Behavior;

Pendahuluan: Perilaku kekerasan merupakan salah satu gejala gangguan jiwa yang dapat memicu bahaya secara fisik pada diri pasien maupun orang lain. **Tujuan:** Mengetahui pemberian *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam mengontrol perilaku agresif pada pasien perilaku kekerasan. **Metode:** Tinjauan ini menggunakan pendekatan *literature review*. Sumber data diperoleh melalui hasil penelusuran artikel menggunakan empat database yaitu *Pubmed*, *Proquest*, *Garuda*, dan *Google Scholar* diidentifikasi 26.083 artikel. Analisis menggunakan peta data yang diekstraksi dalam tabel sintesis grid termasuk penulis, tahun, negara, tujuan, sampel, desain, durasi, hasil dan kesimpulan penelitian. **Hasil:** Empat artikel teridentifikasi dalam tinjauan ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan terapi REBT sebagian besar pasien tidak mampu mengontrol perilaku agresif ditandai dengan tingginya rerata skor risiko perilaku agresif baik kognitif, afektif, sosial maupun fisiologis, namun setelah terapi REBT sebagian besar pasien mampu mengontrol perilaku agresif ditandai dengan perubahan yang signifikan pada gejala risiko perilaku kekerasan yang dialami pasien. **Kesimpulan:** Berdasarkan hasil review empat artikel, disimpulkan bahwa pemberian REBT secara signifikan dapat meningkatkan kemampuan pasien perilaku kekerasan dalam mengontrol perilaku agresif ditandai dengan perubahan respon kognitif, afektif, sosial dan fisiologis pada pasien.

Introduction: *Violent behavior is one of the symptoms of mental disorders that can trigger physical harm to patients and others. This literature review aims to determine the provision of Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) in controlling aggressive behavior in patients with violent behavior.* **Methods:** *This review uses a literature review approach. Sources of data obtained through article search results using four databases, namely Pubmed, Proquest, Garuda, and Google Scholar identified 26,083 articles. The analysis uses a map of the extracted data in a grid synthesis table including author, year, country, purpose, sample, design, duration, results, and conclusions of the study.* **Results:** *Four articles identified in this review showed that before REBT therapy was given, most of the patients were unable to control aggressive behavior as indicated by a high mean risk score for aggressive behavior, both cognitive, affective, social, and physiological, but after REBT therapy most of the patients were able to control aggressive behavior. characterized by a significant change in the symptoms of the risk of violent behavior experienced by the patient.* **Conclusion:** *Based on the results of a review of four articles, it was concluded that the administration of REBT could significantly improve the patient's ability to control violent behavior in aggressive behavior characterized by changes in the patient's cognitive, affective, social, and physiological responses.*

Corresponding author : Rilarahmawati Thalib

Email : anif53185@gmail.com



This work is licensed under a Creative Commons Attribution
4.0 International License

Pendahuluan

Perilaku kekerasan merupakan salah satu gejala gangguan jiwa yang dapat memicu bahaya secara fisik pada diri pasien maupun orang lain disertai dengan luapan emosi yang tidak terkontrol (Siregar, Effendi, and Mardiyah 2020). Perilaku kekerasan ditandai dengan munculnya beberapa gejala seperti pasien sering berbicara kasar dengan nada suara yang tinggi, mata melotot dengan pandangan yang sangat tajam, muka memerah, otot-otot tampak tegang, suka berdebat, memaksakan kehendak hingga melakukan kekerasan fisik seperti mencederai diri sendiri dan orang lain (Malfasari et al. 2020).

Secara global, prevalensi perilaku kekerasan sekitar 24 juta kasus dan >50% diantaranya tidak mendapatkan penanganan. Sebuah tinjauan yang dilakukan diberbagai Rumah Sakit di dunia melaporkan bahwa prevalensi pasien dengan perilaku kekerasan bervariasi di setiap negara, paling tinggi dilaporkan di Swedia sebanyak 42.90%, diikuti Inggris 41.73%, Australia 36.85%, Kanada 32.61%, Amerika Serikat 31.92% Belanda 24.99%, Norwegia 22.37%, Italia 20.28%, sementara paling rendah dilaporkan di Jerman yaitu 16,06% (Bowers et al. 2011). Sedangkan di Indonesia, menurut data Nasional Indonesia tahun 2017, prevalensi pasien dengan perilaku kekerasan dilaporkan sekitar 0.8% per 10.000 penduduk atau sekitar 2 juta orang (Pardede et al., 2020; Siauta et al., 2020). Perilaku kekerasan dapat terjadi karena adanya rasa frustrasi yang berkepanjangan serta tidak terwujudnya harapan terhadap sesuatu hal atau kegagalan sehingga memicu seseorang berperilaku agresif (Suerni and PH 2019).

Perilaku agresif merupakan tingkah laku destruktif yang menimbulkan beban signifikan pada seseorang, keluarga, dan masyarakat. Perilaku agresif terjadi karena adanya gangguan pada struktur dan fungsi otak (Aroviani and Niman 2021). Perilaku ini dapat diidentifikasi dari respon kognitif, afektif, fisiologis dan respon sosial pada pasien (Sarfika, Afriyeni, and Fernandes 2020). Perilaku agresif ini muncul disebabkan karena kurangnya kemampuan mengontrol diri yang mengakibatkan ketidakmampuan seseorang untuk menghargai serta berempati terhadap orang lain (Cuyunda, Setiawati, and Lestari 2020). Seseorang yang memiliki perilaku agresif cenderung memperlihatkan sikap bermusuhan, cepat marah, dan memiliki keyakinan yang tidak rasional (Aroviani and Niman 2021). Apabila perilaku agresif ini tidak ditangani dengan tepat, maka akan berdampak pada munculnya perilaku kekerasan seperti mencederai diri sendiri, orang lain, maupun lingkungannya (Pardede et al. 2020). Oleh karena itu diperlukan penatalaksanaan yang tepat untuk mengontrol atau menghilangkan perasaan-perasaan negatif pada pasien dengan tujuan agar pasien mampu membentuk pikiran yang logis dan rasional sehingga ia dapat mengemukakannya secara verbal dengan baik (Aroviani and Niman 2021).

Penatalaksanaan utama pada pasien gangguan jiwa dengan perilaku agresif adalah penatalaksanaan farmakoterapi yaitu dengan memberikan obat-obatan seperti *atypical antipsychotic*, *clozapine*, dan *olanzapine* sebagai reseptor dopamin yang berperan dalam aktivasi dan pencetus perilaku, serta menghambat serotonin sehingga dapat mengatasi munculnya perilaku agresif. Namun demikian, meskipun pemberian farmakoterapi tersebut dapat mengatasi pemicu perilaku agresif pada pasien, akan tetapi obat-obatan ini juga memiliki efek samping. *Atypical antipsychotic* dapat menyebabkan *extrapyramidal side effect* (EPS) karena memblokir reseptor D2 di *nigrostriatal*, disfungsi seksual dan masalah kulit, sedangkan *clozapine* dan *olanzapine* dapat menyebabkan efek *anticholinergic*, peningkatan berat badan dan gangguan toleransi glukosa (Maria 2021). Selain penatalaksanaan farmakoterapi, pasien juga dapat diberikan terapi non farmakologis, salah satunya adalah *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) yang telah terbukti efektif dapat membantu pasien perilaku kekerasan dalam mengontrol perilaku agresif yang muncul (Hidayat, Keliat, and Mustikasari 2015).

Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) pertama kali diperkenalkan oleh Albert Ellis pada tahun 1950-an. REBT merupakan salah satu psikoterapi yang bertujuan untuk mengurangi atau mengontrol keyakinan pasien yang tidak rasional dan pola pikir negatif yang dapat menyebabkan masalah emosional atau perilaku (Raypole 2018). Dalam pelaksanaan terapi REBT, pasien difokuskan untuk mengubah pemikiran, perasaan, dan perilaku sehingga dapat mengontrol dan mengendalikan perilaku agresif yang muncul (Catharine, Doyle, and DiGiuseppe 2015).

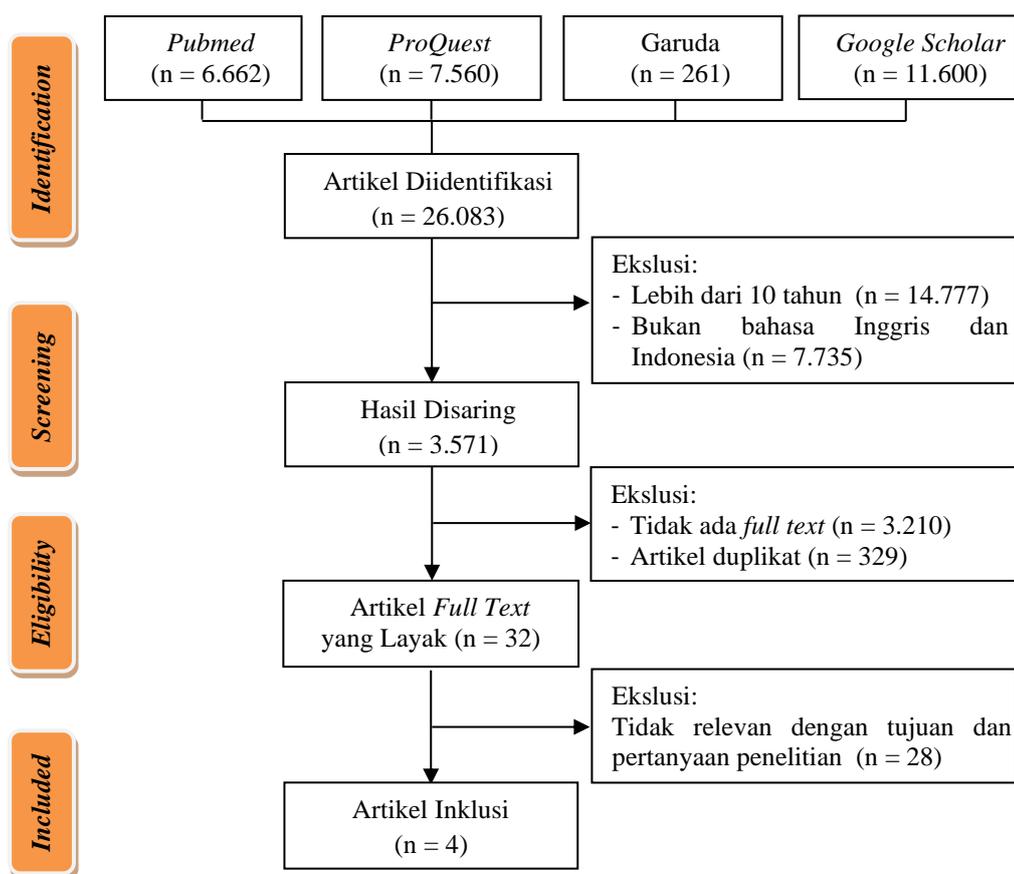
Rilarahmawati Thalib,dkk. Pemberian *Rational Emotive Behavior Therapy*.....

Pasien juga dilatih untuk bisa mengenali pikiran negatif dan salah dari berbagai kejadian sebelumnya yang dapat menimbulkan ancaman, mengenali penyebab perilaku kekerasan yang dilakukannya, dilatih untuk menilai akibat dari perilaku kekerasan yang telah dilakukannya, dilatih untuk melawan perspektif yang tidak nyata dengan menunjukkan fakta yang ada guna meningkatkan kemampuan pasien dalam mengontrol perasaannya serta meningkatkan pikiran yang rasional dan logis sehingga pasien akan merasa tenang, merasa lebih berharga dan dibutuhkan, merasa terlindungi sehingga perilaku agresif dan kekerasan dapat dikontrol (Retno Yuli Hastuti, et al 2015). Terapi REBT dapat mengubah pola perilaku maladaptif menjadi adaptif, meningkatkan kemampuan pasien dalam mengontrol perilaku agresif yang sebelumnya tidak dapat dikendalikan, mampu berfikir yang rasional, memahami rentang dari perasaan senang sampai marah yang dirasakannya, mampu membedakan antara kenyataan dengan persepsi terhadap suatu kondisi atau peristiwa, sehingga pasien dapat melakukan coping yang adaptif terhadap suatu peristiwa dalam jangka waktu lama (Pardede et al. 2020).

Sejumlah penelitian mengenai pemberian REBT untuk mengontrol perilaku agresif pada pasien perilaku kekerasan telah dilakukan, diantaranya adalah penelitian yang dilakukan di Indonesia pada 53 responden melaporkan bahwa setelah diberikan REBT terjadi peningkatan yang signifikan pada respon kognitif dan sosial serta terjadi penurunan respon emosi, perilaku, dan fisiologis ($p \leq 0.05$) (Putri, Keliat, and Nasution 2012). Penelitian lain yang juga dilakukan di Indonesia melibatkan 56 responden menunjukkan bahwa setelah pemberian REBT terjadi penurunan gejala signifikan pada perilaku kekerasan dan halusinasi yang lebih besar pada responden kelompok perlakuan dibandingkan dengan responden pada kelompok kontrol ($p < 0,05$) (Retno Yuli Hastuti et al. 2015). Penelitian lain menunjukkan bahwa terapi relaksasi otot progresif memiliki pengaruh terhadap penurunan emosi marah pada pasien resiko perilaku kekerasan ($p=0.000$) (Fhadilah, Adi, and Shobirun 2017). Pada penelitian lain yang dilakukan pada 155 responden melaporkan bahwa terapi *rational emotive behavior* berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan respon kognitif, sosial dan gejala perilaku kekerasan ($p=0.000$) (Pardede et al. 2020). Pada penelitian kualitatif yang melibatkan 6 responden juga melaporkan bahwa setelah diberikan terapi *rational emotive behavior*, pasien dapat mengontrol perilaku agresifnya sehingga perilaku kekerasan yang dilakukan pasien menjadi berkurang (Siauta, et al, 2020). Berdasarkan pembahasan pada latar belakang di atas, maka dilakukan penyusunan *literature review* ini untuk memberikan *summary of evidence* mengenai pemberian *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam mengontrol perilaku agresif pada pasien perilaku kekerasan.

Metode

Tinjauan ini menggunakan metode *literature review*, dengan kriteria inklusi yang dimasukkan dalam antarlain: (1) studi dengan sampel pasien perilaku kekerasan yang menunjukkan perilaku agresif; (2) studi dengan intervensi REBT dalam mengontrol perilaku agresif; (3) artikel yang diterbitkan pada rentang tahun 2011-2021; (4) memiliki full text; (5) berbahasa Inggris dan Indonesia; dan (5) artikel yang dipublikasi oleh database nasional dan internasional sumber data dalam penelitian ini diperoleh melalui hasil penelusuran artikel pada empat database elektronik yaitu Pubmed, Proquest, Garuda, dan Google Scholar, menggunakan kata kunci (“Violent behavior patient OR violent conduct patient”) AND (“Rational Emotive Behavior Therapy”) AND (“Controlled aggressive behavior OR decreased aggressive behavior”) Berdasarkan hasil pencarian dan seleksi artikel menggunakan empat database di atas ditemukan 26.083 artikel. Kemudian eksklusi artikel berdasarkan tahun publikasi (2011-2021) ($n=14.777$), tidak berbahasa Inggris dan Indonesia ($n=7.735$) diperoleh 3.571 artikel. Eksklusi artikel yang tidak memiliki full text ($n=3.210$) serta artikel duplikat ($n=329$), tersisa 32 artikel. Kemudian eksklusi artikel yang tidak sesuai dengan tujuan penelitian ($n=28$) dan menyisakan 4 artikel yang direview dalam tinjauan ini. Gambar 1



Gambar1: Hasil Pencarian Studi

Hasil Dan Pembahasan

Pada penelitian ini terdapat empat artikel yang diidentifikasi sesuai dengan tujuan penelitian yaitu pemberian *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam mengontrol perilaku agresif pada pasien perilaku kekerasan. Tiga studi merupakan studi intervensi menggunakan desain penelitian *Quasi Eksperimen* (Putri et al., 2012; Retno Yuli Hastuti et al., 2015; Pardede et al., 2020), dan satu studi menggunakan desain studi kasus (Siauta et al. 2020). Jumlah sampel keseluruhan dalam tinjauan ini adalah 128 responden (tabel 1).

Tabel 1: Sintesis Grid

No	Penulis, Tahun & Negara	Tujuan	Jumlah Sampel	Desain Penelitian	Perlakuan	Kontrol	Hasil	Kesimpulan
1.	(Putri et al. 2012) Indonesia	Untuk mengetahui pengaruh <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> (REBT) terhadap penurunan perilaku kekerasan.	53 responden (25 perlakuan, dan 28 kontrol)	<i>Quasy Eksperiment (pre-posttest with control grup)</i>	REBT	Tanpa intervensi	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi perubahan yang signifikan pada respon perilaku kekerasan sebelum dan sesudah diberikan REBT. Untuk respon kognitif secara signifikan peningkatan skor rata-rata lebih tinggi pada kelompok perlakuan dibandingkan dengan kontrol (dari 18.88 ± 2.86 menjadi 22.58 ± 3.69 ; peningkatan: 3.80 ± 0.83 ; $p=0.000$) vs (18.07 ± 3.49 menjadi 18.54 ± 3.21 ; peningkatan: 0.47 ; $p=0.613$), demikian dengan rata-rata skor respon sosial (dari 14.24 ± 1.88 menjadi 15.84 ± 1.57 ; peningkatan 1.6 ± 0.31 ; $p=0.002$) vs (13.29 menjadi 13.54 ; peningkatan: 0.25 ; $p=0.667$). Sedangkan skor rata-rata respon emosi, perilaku dan fisiologis terjadi penurunan yang lebih tinggi secara signifikan pada kelompok perlakuan dibandingkan kelompok kontrol. Skor rata-rata respon emosi (dari 17.12 ± 3.53 menjadi 14.20 ± 2.77 ; penurunan: -2.92 ± 0.76 ; $p=0.001$) vs (17.25 ± 3.01 menjadi 16.89 ± 2.91 ; penurunan: -0.36 ; $p=0.514$), respon perilaku (dari 13.00 ± 2.02 menjadi 10.68 ± 1.82 ; penurunan: -2.32 ± 0.2 ; $p=0.000$) vs ($13.50 \pm 13.36 \pm 1.68$; penurunan: -0.14 ; $p=0.718$), respon fisiologis (dari 9.04 ± 1.31 menjadi 6.48 ± 0.59 ; penurunan -2.56 ± 0.72 ; $p=0.000$) vs (9.29 ± 1.15 menjadi 8.86 ; penurunan: -0.43 ; $p=0.184$).	Terapi REBT efektif dapat menurunkan perilaku kekerasan pada pasien yang ditandai dengan peningkatan respon kognitif dan sosial, serta penurunan respon emosi, perilaku, dan fisiologis.

2.	(Retno Yuli Hastuti et al. 2015) Indonesia	Untuk mengetahui efektivitas <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> (REBT) berdasarkan <i>profile multimodal therapy</i> terhadap kemampuan klien dan perubahan gejala perilaku kekerasan di RS Jiwa.	56 responden (28 perlakuan, dan 28 kontrol)	<i>Quasy Eksperiment (pre-posttest with control grup)</i>	REBT	Tanpa intervensi	Hasil penelitian menunjukkan bahwa penurunan yang signifikan terhadap rata-rata skor gejala perilaku kekerasan pada pasien setelah diberikan intervensi REBT lebih tinggi diamati pada kelompok perlakuan dibandingkan dengan kontrol. Penurunan skor gejala kognitif rata-rata (-4.96 vs 3.28; p=0.000), emosi (-7.43 vs 3.68; p=0.000), perilaku (-5.64 vs 2.46; p=0.000), sosial (-6.78 vs 3.56; p=0.000), dan gejala fisiologis (-3.25 vs 1.58; p=0.000).	Pemberian terapi REBT secara signifikan dapat menurunkan gejala perilaku kekerasan yang ditandai dengan penurunan gejala kognitif, emosi, perilaku, sosial dan fisiologis sehingga perilaku agresif yang dialami pasien dapat dikontrol dan perilaku kekerasan dapat dicegah.
3.	(Pardede et al. 2020) Indonesia	Untuk mengetahui pengaruh <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> (REBT) terhadap perubahan gejala risiko perilaku kekerasan di RSJ Prof.Dr. Ildrem Provsu Medan.	13 responden	<i>Quasy Eksperiment (pre-posttest one grup)</i>	REBT		Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi perubahan skor rata-rata yang signifikan pada gejala risiko perilaku kekerasan pada responden sebelum dan sesudah diberikan REBT. Perubahan skor rata-rata respon kognitif (dari 18.77 menjadi 10.69; penurunan -8.08; p=0.000), respon afektif (dari 20.54 menjadi 12.00; penurunan -8.54; p=0.000), respon sosial (dari 22.77 menjadi 11.92; penurunan -10.85; p=0.000), sedangkan respon perilaku (dari 20.31 menjadi 9.69; penurunan -10.62; p=0.000).	Terapi REBT secara signifikan dapat mempengaruhi penurunan gejala risiko perilaku kekerasan pada pasien baik respon kognitif, afektif, sosial maupun perilaku.

4.	(Siauta et al. 2020)	Untuk mengetahui pemberian <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> dalam mengontrol perilaku agresif pada pasien perilaku kekerasan di RSKD Maluku.	6 responden	Studi kasus	REBT	Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikan intervensi REBT semua pasien dapat mengontrol perilaku agresif yang dirasakan dan perilaku kekerasan dapat dikontrol.	Pemberian terapi REBT dapat membuat pasien mampu mengontrol perilaku agresif yang dirasakan sehingga perilaku kekerasan yang dilakukan pasien dapat dicegah.
----	----------------------	--	-------------	-------------	------	--	--

Pembahasan

Perilaku agresif merupakan perilaku fisik atau lisan yang disengaja dengan maksud untuk menyakiti atau merugikan orang lain (Cakrawedana, Palandeng, and Karundeng 2016). Perilaku ini dapat diidentifikasi dari respon kognitif, afektif, fisiologis dan respon sosial pada pasien (Sarfika et al. 2020). Berdasarkan hasil review empat artikel menunjukkan bahwa sebelum diberikan terapi REBT rata-rata skor risiko perilaku agresif pada pasien baik kognitif, afektif, sosial maupun fisiologis cukup tinggi, namun setelah diberikan terapi REBT terjadi perubahan yang signifikan pada gejala risiko perilaku kekerasan yang dirasakan pasien (Putri et al., 2012; Retno Yuli Hastuti et al., 2015; Pardede et al., 2020; Siauta et al., 2020).

Hasil studi (Putri et al. 2012), yang melibatkan 53 responden menunjukkan ada perubahan yang signifikan pada respon pasien sebelum dan sesudah diberikan terapi REBT, dimana pasien yang mendapatkan terapi REBT mengalami peningkatan yang signifikan pada respon kognitif dan sosial sehingga pengetahuan pasien tentang masalah perilaku kekerasan yang dialami sebagai perilaku maladaptif yang dapat mencelakakan dirinya, orang lain, dan lingkungan. Selama terapi REBT pasien dilatih untuk dapat mengevaluasi diri sendiri dengan mengidentifikasi kejadian yang pernah dialami, pikiran-pikiran tidak rasional yang timbul berhubungan dengan kejadian, dan mempengaruhi perasaan klien sehingga menghasilkan perilaku maladaptif yang tidak diinginkan. Selain itu, pengalaman marah dapat mengganggu hubungan interpersonal, sehinggadengan diberikannya REBT, pasien akan belajar untuk berpikir secara rasional dan berperilaku yang adaptif sehingga hubungan interpersonalnya dengan orang lain akan meningkat. Pada hasil penelitian juga terjadi perubahan respon perilaku, emosi dan fisiologis yang dialami pasien, karena terapi REBT memberikan kesempatan pada klien untuk mengenali perasaan yang disebabkan oleh adanya pikiran tidak rasional terhadap setiap kejadian atau peristiwa yang membuat klien berperilaku kekerasan sehingga klien mengenali perasaan yang dapat menimbulkan perilaku maladaptif.

Pada hasil penelitian (Retno Yuli Hastuti et al. 2015), dilakukan pada 56 responden menyatakan bahwa respon perilaku kekerasan pada pasien mengalami perubahan yang bermakna disebabkan karena terapi REBT yang diberikan menggunakan pendekatan kognitif dan perilaku dengan mengemukakan fakta-fakta bahwa perilaku yang dihasilkan bukan berasal dari kejadian yang dialami namun dari keyakinan-keyakinan yang tidak rasional. Pasien dilatih untuk bisa mengenali pikiran atau persepsi yang salah atau distorsi kognitif dari kejadian yang dirasakan yang mengancam atau juga bisa dari penyebab perilaku kekerasan, malu dan rendah diri yang dialami serta apa yang klien rasakan dari suara-suara yang muncul, kemudian klien diarahkan untuk bisa menilai akibat dari kejadian tadi yang berdampak pada perasaan dengan mengukur menggunakan termometer perasaan dan dampak terhadap perilaku berupa perilaku maladaptif yang sering muncul.

Studi yang dilakukan (Pardede et al. 2020), pada 13 responden menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi, kemampuan mengontrol perilaku kekerasan sebagian besar dalam kategori kurang, namun setelah diberikan terapi REBT kemampuan pasien mengontrol perilaku kekerasan meningkat, dimana mayoritas responden mengemukakan bahwa ketika sedang marah karena aktivitasnya yang terganggu mereka tidak langsung membalas tetapi berusaha melihat hal positif pada dirinya serta berusaha lebih rileks. Selain itu, pasien juga menjadi lebih tenang dalam berfikir dan dapat mengelola stres dan pernafasannya dengan baik. Kondisi ini dialami pasien karena pemberian REBT dapat membantu pasien memusatkan fokus dan kemauan untuk berpikir secara logis.

Demikian dengan hasil penelitian (Siauta et al. 2020), yang melibatkan 6 responden menunjukkan bahwa pemberian REBT dapat membuat pasien mampu mengontrol perilaku agresif yang dirasakan sehingga perilaku kekerasan yang dilakukan pasien dapat dicegah. Pada hasil penelitian juga menunjukkan bahwa pasien sudah tidak lagi terlihat berbicara sendiri, mampu berinteraksi dengan orang lain serta keterampilan yang dimiliki semakin meningkat. Hal ini terjadi karena selama intervensi, pasien diajarkan tentang cara berpikir rasional, mengubah emosi yang mengganggu menjadi emosi menyenangkan sehingga pasien dapat menyelesaikan

Rilarahmawati Thalib, dkk. Pemberian *Rational Emotive Behavior Therapy*..... masalah yang dihadapinya dengan baik. Dengan pemberian REBT pasien akan belajar untuk berpikir logis, mengontrol perasaan, dan perilakunya sehingga sistem saraf otonom tidak bereaksi dan respon fisiologis akan menurun dan perilaku agresif yang dirasakan dapat dikontrol.

Hasil review pada empat artikel yang disertakan dalam tinjauan ini menunjukkan bahwa terapi REBT efektif dapat meningkatkan kontrol perilaku agresif pada pasien dengan perilaku kekerasan (Putri et al., 2012; Retno Yuli Hastuti et al., 2015; Pardede et al., 2020; Siauta et al., 2020). Hasil tinjauan kami sejalan dengan penelitian sebelumnya dilakukan melaporkan bahwa dari 13 responden yang diberikan terapi REBT, 9 responden dapat menerapkan REBT, sehingga mampu mengontrol amarahnya yang ditandai dengan kemampuan dalam berinteraksi dengan orang lain, mengenali perasaan diri sendiri dan orang lain, serta memotivasi diri untuk menerapkan terapi REBT secara berkelanjutan (Wardani and Sari 2018). Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa pemberian terapi REBT berpengaruh dalam menurunkan ambang marah pada responden (Sasongko and Hidayati 2020). Hasil senada juga dilaporkan dalam penelitian studi kasus yang menunjukkan bahwa setelah pasien diberikan terapi REBT pada pasien, secara kontinyu pasien menunjukkan perubahan pada respon emosi dan respon perilaku serta dapat mengontrol perilaku agresif yang dirasakan sehingga perilaku kekerasan dapat dicegah (Saliansyah and Fitriani 2017). Hal ini disebabkan karena terapi REBT mengajarkan pasien cara merubah disfungsi emosi dan perilaku mereka menjadi pribadi yang sehat sehingga membantu pasien meminimalisir gangguan emosi, menurunkan *self-defeating, self-behaviors*, dan membantu pasien mengaktualisasikan diri (Hickey and Doyle 2018). Selain itu, REBT mendukung pasien untuk menjadi lebih toleran terhadap diri sendiri, orang lain, dan lingkungannya (Catharine et al. 2015).

Dalam pelaksanaan terapi REBT, pasien difokuskan untuk mengubah pemikiran, perasaan, dan perilaku sehingga dapat mengontrol dan mengendalikan perilaku agresif yang muncul (Catharine et al. 2015). Pasien dilatih untuk bisa mengenali pikiran negatif dan salah dari berbagai kejadian sebelumnya yang dapat menimbulkan ancaman, mengenali penyebab perilaku kekerasan yang dilakukannya, dilatih untuk menilai akibat dari perilaku kekerasan yang telah dilakukannya, dilatih untuk melawan perspektif yang tidak nyata dengan menunjukkan fakta yang ada guna meningkatkan kemampuan pasien dalam mengontrol perasaannya serta meningkatkan pikiran yang rasional dan logis sehingga pasien akan merasa tenang, merasa lebih berharga dan dibutuhkan, merasa terlindungi sehingga perilaku agresif dan kekerasan dapat dikontrol (Retno Yuli Hastuti et al. 2015).

Simpulan dan Saran

Disimpulkan bahwa pemberian REBT secara signifikan dapat mempengaruhi peningkatan kemampuan pasien perilaku kekerasan dalam mengontrol perilaku agresif yang dirasakan, ditandai dengan perubahan respon kognitif, afektif, sosial dan fisiologis yang dialami pasien. Oleh karena itu, disarankan kepada keluarga yang memiliki anggota keluarga dengan gangguan jiwa perilaku kekerasan agar terus memberikan perhatian dan dukungan psikologis sehingga pasien merasa lebih aman, dihargai, diperhatikan dan merasa dibutuhkan sehingga mereka dapat mencegah perilaku agresif yang mengarah pada perilaku kekerasan.

Daftar Rujukan

- Aroviani, Nyi Rd Mega, and Susanti Niman. 2021. "The Risk of Violent Behavior: A Case Studi." *Jurnal Sahabat Keperawatan* 03(02):1–7. doi: <https://doi.org/10.32938/jsk.v3i02.1376>.
- Bowers, Len, Duncan Stewart, Chris Papadopoulos, Charlotte Dack, Jamie Ross, Husnara Khanom, and Debra Jeffery. 2011. "Inpatient Violence and Aggression: A Literature Review." 196.
- Cakrawedana, F., H. Palandeng, and M. Karundeng. 2016. "Hubungan Persepsi Perawat Dengan Tindakan Asertif Pada Klien Perilaku Agresif Di Rumah Sakit Jiwa Prof Dr. V. L. Ratumbusang Manado." *Jurnal Keperawatan UNSRAT* 4(1):112010.
- Catharine, Kristene A. Doyle, and Raymond DiGiuseppe. 2015. "Rational Emotive Behavior

- Therapy (REBT) Guidelines To Reduce Student Aggressiveness.” Pp. 1–71 in *Theories Focusing on Client Thoughts*. Vol. 1.
- Cuyunda, Indah Dwi, Octa Reni Setiawati, and Sri Maria Puji Lestari. 2020. “Kontrol Diri Dengan Perilaku Agresif Siswa SMA Negeri 1 Trimurjo Kabupaten Lampung Tengah.” *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* 9(1):122–28. doi: 10.35816/jiskh.v10i2.234.
- Fhadilah, Nuriza Choirul, Wien Soelistyo Adi, and Shobirun Shobirun. 2017. “Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Pasien Resiko Perilaku Kekerasan Di RSJD Dr Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah.” *Jurnal Forum Kesehatan* 7(2):83–89.
- Hickey, Michael, and Kristene A. Doyle. 2018. “Rational Emotive Behavior Therapy.” *Language, Society and Power. An Introduction* 3(Chapter 4):56–74. doi: 10.1007/978-1-4939-6911-1.
- Hidayat, Firman, Budi Anna Keliat, and Mustikasari. 2015. “Penerapan Kognitif Behavior Therapy Pada Klien Halusinasi Dan Perilaku Kekerasan Dengan Pendekatan Model Stress Adaptasi Stuart Dan Model Hubungan Interpersonal Peplau Di RS DR Marzoeki Mahdi Bogor.” *Jurnal Keperawatan Jiwa* 3(1):28–42. doi: <https://doi.org/10.26714/jkj.3.1.2015.28-42>.
- Malfasari, Eka, Rizka Febtrina, Dini Maulinda, and Riska Amimi. 2020. “Analisis Tanda Dan Gejala Resiko Perilaku Kekerasan Pada Pasien Skizofrenia.” *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa* 3(1):65. doi: 10.32584/jikj.v3i1.478.
- Maria, Juvita Novia Anggraini. 2021. “Peran Atypical Antipsychotic Dalam Menurunkan Perilaku Agresif Pada Pasien Skizofrenia.” 1–19.
- Pardede, Jek Amidos, LauraMariati Siregar, and Efendi Putra Hulu. 2020. “Efektifitas Behaviour Therapy Terhadap Risiko Perilaku Kekerasan Pada Pasien Skizofrenia.” *Jurnal Mutiara Ners* 3(1):8–14.
- Putri, Dewi Eka, Budi Anna Keliat, and Yusron Nasution. 2012. “Peningkatan Respon Kognitif Dan Sosial Melalui Rational Emotive Behaviour Therapy Pada Klien Perilaku Kekerasan.” *Jurnal Keperawatan Indonesia* 15(3):193–200. doi: 10.7454/jki.v15i3.27.
- Raypole, Crystal. 2018. “Rational Emotive Behavior Therapy.” *Healthline* 7. Retrieved (<https://www.healthline.com/health/rational-emotive-behavior-therapy#takeaway>).
- Retno Yuli Hastuti, Budi Anna Keliat, and Mustikasari. 2015. “Efektivitas Rational Emotive Behaviour Therapy Berdasarkan Profile Multimodal Therapy Pada Klien Skizofrenia Dengan Masalah Keperawatan Perilaku Kekerasan Dan Halusinasi Di Rumah Sakit Jiwa.” *Jurnal Keperawatan Indonesia* 18(3):143–50. doi: 10.7454/jki.v18i3.491.
- Saliansyah, and Dwi Rahmah Fitriani. 2017. “Analisis Praktik Klinik Keperawatan Pada Klien Risiko Perilaku Kekerasan Dengan Intervensi Inovasi Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) Terhadap Respon Emosi Dan Perilaku Di Ruang Belibis RSJD Atma Husada Mahakam Samarinda Tahun 2017.” *Journal of Chemical Information and Modeling* 21(2):1689–99.
- Sarfika, Rika, Nelia Afriyeni, and Feri Fernandes. 2020. “Pemberian Rational-Emotive Behavior Therapy Dan Assertive Training Sebagai Upaya Mengurangi Perilaku Agresif Pada Remaja Di Pauh Padang.” *Jurnal Hilirisasi IPTEKS* 3(1):54–63. doi: <https://doi.org/10.25077/jhi.v3i1.390>.
- Sasongko, Nur Cahyo, and Eni Hidayati. 2020. “Penerapan Terapi Musik, Dzikir Dan Rational Emotive Cognitive Behavior Therapy Pada Pasien Dengan Resiko Perilaku Kekerasan.” *Ners Muda* 1(2):93. doi: 10.26714/nm.v1i2.5751.
- Siauta, Moomina, Hani Tuasikal, and Selpina Embuai. 2020. “Upaya Mengontrol Perilaku Agresif Pada Perilaku Kekerasan Dengan Pemberian Rational Emotive Behavior Therapy.” *Jurnal Keperawatan Jiwa* 8(1):27. doi: 10.26714/jkj.8.1.2020.27-32.
- Siregar, Srimaryatun, Zullian Effendi, and Syang Ajeng Mardiyah. 2020. “A Comparison of the Effectiveness of Cognitive Behavior Therapy and Assertive Training Against the Ability to Control Violent Behavior in Schizophrenic Patients.” *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat* 11(3):210–22. doi: 10.26553/jikm.2020.11.3.210-222.
- Suerni, Titik, and Livana PH. 2019. “Respon Pasien Perilaku Kekerasan.” *Jurnal Penelitian Perawat Profesional* 1(1):41–46. doi: 10.37287/jppp.v1i1.16.

Rilarahmawati Thalib,dkk. Pemberian *Rational Emotive Behavior Therapy*.....
Wardani, Lingga Kusuma, and Dhita Kurnia Sari. 2018. “Analisa Kemampuan Mengontrol Marah Ditinjau Dari Penerapan REBT (Rational Emotive Behaviour Theraphy) Pada Klien Skizofrenia Di UPT Bina Laras Kras Kediri.” *Strada Jurnal Ilmiah Kesehatan* 7(2):57–61. doi: 10.30994/sjik.v7i2.173.