

**PENERAPAN TERAPI KELOMPOK DENGAN SENAM POCO – POCO
PADA PASIEN BIPOLAR DI YAYASAN MENTARI HATI
KOTA TASIKMALAYA**

KARYA TULIS ILMIAH



SEPTIAN

10121052

**PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
TASIKMALAYA
SEPTEMBER 2024**

ABSTRAK

Penerapan Terapi Kelompok Dengan Senam Poco – Poco Pada Pasien Bipolar Di Yayasan Mentari Hati Kota Tasikmalaya Septian

Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Universitas Bakti Tunas Husada

Latar Belakang Menurut WHO, sekitar 35 juta orang menderita depresi dan 60 juta orang menderita gangguan bipolar. Gangguan bipolar terdiri dari dua kata: bi dan polar. Bi artinya dua dan polar artinya kutub. Singkatnya, gangguan bipolar adalah gangguan emosi dengan dua kutub yang berlawanan. Dua kutub yang disebutkan adalah depresi dan mania. Orang dengan gangguan bipolar mengalami kedua tahap emosional ini selama hidup mereka. **Tujuan** penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi kelompok menggunakan senam poco - poco pada pasien psikosis bipolar. **Metode** Jenis metodologi studi kasus yang digunakan adalah deskriptif dan kualitatif, menggunakan pendekatan studi kasus untuk menangani gangguan bipolar dan mensurvei lima responden selama lima hari. **Hasil** dikumpulkan sebelum dan sesudah terapi kelompok dengan senam pokopoko, dan tiga responden berada dalam mood positif pada hari pertama sebelum terapi, dan tiga responden berada dalam mood negatif pada hari kedua. Responden yang mood positif 2 orang negatif, hari ke 3 3 responden negatif, 2 responden positif, hari ke 4 semuanya positif, hari ke 5 4 responden positif dan 1 responden negatif. Kesimpulannya, penerapan Terapi Kelompok Penyalur Energi: Latihan Pokopoko pada pasien gangguan bipolar mempunyai efek yang sangat penting dalam meningkatkan mood pasien psikosis bipolar. **Saran** yang diberikan mencakup contoh seperti bekerja dengan pasien dengan psikosis bipolar dan menerapkan terapi kelompok untuk pasien dengan gangguan bipolar.

Kata Kunci : Bipolar, Terapi kelompok.

ABSTRACT

Background According to the WHO, around 35 million people suffer from depression and 60 million people suffer from bipolar disorder. Bipolar disorder consists of two words: bi and polar. Bi means two and polar means poles. In short, bipolar disorder is an emotional disorder with two opposing poles. The two poles mentioned are depression and mania. People with bipolar disorder experience both of these emotional phases throughout their lives. **Objective** The purpose of this research is to determine the effectiveness of group therapy using poco-poco dance for patients with bipolar psychosis. **Method** The type of methodology used in this case study is descriptive and qualitative, employing a case study approach to address bipolar disorder and surveying five respondents over five days. **Results** were collected before and after group therapy with pokopoko exercises. On the first day before therapy, three respondents were in a positive mood, while three respondents were in a negative mood on the second day. Among the respondents, two with a positive mood turned negative; on the third day, three respondents were negative and two were positive. By the fourth day, all were positive, and on the fifth day, four respondents were positive and one respondent was negative. In conclusion, the application of Energy Channeling Group Therapy: Pokopoko Exercises on patients with bipolar disorder has a significant effect in improving the mood of bipolar psychosis patients. **Suggestion** The advice given includes examples such as working with patients with bipolar psychosis and implementing group therapy for patients with bipolar disorder.

Keywords: Bipolar, group therapy.

