

Penerapan intervensi kegiatan aktifitas menggambar terhadap kemampuan mengontrol halusinasi pendengaran

Aldila Aprillia Tiofani

Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas Karya Husada Semarang, Indonesia

Korespondensi: aldilatiofani0@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Halusinasi adalah persepsi sensorik palsu yang tidak ada hubungannya dengan rangsangan eksternal yang sebenarnya. Salah satu cara mengontrol halusinasi dengan melakukan aktifitas terstruktur. **Tujuan:** Menganalisis penerapan intervensi melakukan aktivitas menggambar terhadap kemampuan mengontrol halusinasi pada pasien skizofrenia. **Metode:** Menggunakan pendekatan deskriptif ini berfokus pada 2 pasien halusinasi pendengaran yang dipilih secara *purposive sampling*. Intervensi penelitian yang dilakukan selama tiga hari sama dengan intervensi yang dilakukan untuk strategi pelaksanaan (SP 1-4). Proses pengambilan data dilakukan dengan cara wawancara digunakan sebagai dasar pelaksanaan strategi pelaksanaan, observasi dan dokumentasi kepada pasien. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif untuk menentukan prevalensi dan distribusi dari variabel. **Hasil:** Adanya penurunan halusinasi pendengaran dengan teknik melakukan aktivitas seperti menggambar sehingga suara bisikan yang di dengar sudah mulai berkurang dan menunjukkan penurunan respon terhadap stimulus halusinasi. Intervensi menggambar dapat membantu seseorang mengekspresikan dan memahami emosi mereka melalui ekspresi artistik dan proses kreatif. **Kesimpulan:** Intervensi menggambar yang diterapkan melalui strategi pelaksanaan (SP1-4) dapat dijadikan acuan maupun referensi sebagai bahan pertimbangan terapi non farmakologis karena dapat menurunkan tanda gejala halusinasi dengan cara melakukan aktivitas seperti menggambar.

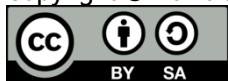
KATA KUNCI: Aktivitas Menggambar; Gangguan Persepsi Sensori; Halusinasi Pendengaran; Intervensi Keperawatan.

ABSTRACT

Background: Hallucinations are false sensory perceptions that are not associated with actual external stimuli. One way to manage hallucinations is through structured activities. **Objective:** To analyze the application of an intervention involving drawing activities on the ability to manage hallucinations in patients with schizophrenia. **Methods:** A descriptive approach was used, focusing on 2 patients with auditory hallucinations selected through purposive sampling. The research intervention, conducted over three days, was identical to the interventions applied in the implementation strategies (SP 1–4). Data collection was conducted through interviews as the basis for implementing the strategies, observations, and documentation of the patients. Data analysis was performed using descriptive statistics to determine the prevalence and distribution of variables. **Results:** A reduction in auditory hallucinations was observed through activities such as drawing, resulting in a decrease in the whispering voices heard and a reduced response to hallucinatory stimuli. The drawing intervention can help individuals express and understand their emotions through artistic expression and the creative process. **Conclusion:** The drawing intervention implemented through the following strategies (SP1–4) can serve as a guideline or reference for consideration in nonpharmacological therapy, as it can reduce the signs and symptoms of hallucinations by engaging in activities such as drawing.

KEYWORDS: Auditory Hallucinations; Drawing Activity; Nursing Intervention; Sensory Perception Disorder

Copyright © 2026 Journal



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

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan hak dasar setiap individu, mencakup kondisi fisik, mental dan sosial yang utuh (WHO, 2022). Kesehatan jiwa berperan penting dalam kualitas hidup, ditandai persepsi realistis, sikap positif, kemampuan adaptasi dan aktualisasi diri. Kesehatan jiwa ditandai dengan persepsi yang sesuai kenyataan, sikap positif, kemampuan aktualisasi diri dan kecakapan beradaptasi. Individu dengan jiwa sehat mampu mengoptimalkan potensi, menghadapi masalah, serta menjalin hubungan baik dengan orang lain. Sebaliknya, individu yang mengalami gangguan kesehatan jiwa dapat menghambat fungsi sosial, mengganggu pengendalian emosi, hingga memicu perilaku melukai diri (Kamalah et al., 2023; Yosep & Sutini, 2019). Gangguan mental adalah masalah kesehatan yang dialami hampir semua orang di seluruh dunia. Skizofrenia merupakan salah satu gangguan mental yang paling umum. Gangguan yang ditimbulkannya dapat menyerang pikiran, persepsi, emosi, gerakan, dan perilaku (Wulansari, 2023). Menurut data WHO tahun 2019, terdapat 20 juta kasus skizofrenia, 45 juta kasus gangguan bipolar, 50 juta kasus demensia, dan 264 juta kasus depresi di seluruh dunia (Johanna, Gati & Suatn, 2023).

Skizofrenia adalah salah satu gangguan jiwa kronis akibat perubahan neurobiologis yang dipengaruhi faktor genetik dan lingkungan, berdampak pada persepsi, pikiran, bahasa, emosi, dan perilaku sosial. Menurut data World Health Organization (WHO), pada tahun 2016 terdapat sekitar 21 juta penderita skizofrenia di seluruh dunia, dan jumlah ini meningkat menjadi 24 juta orang pada tahun 2022, sedangkan di Indonesia prevalensinya naik dari 1,7% pada tahun 2013 menjadi 6,7% ditahun 2018 (WHO, 2022; Riskesdas, 2018). Berdasarkan masalah penderita yang banyak dialami oleh pasien di RSJD adalah masalah halusinasi. Salah satu tipe halusinasi yang sering dialami oleh seseorang yaitu halusinasi pendengaran (*auditor-hearing voice or sound*), dimana penderita mengalami gangguan stimulus ditandai dengan mendengar beberapa suara orang, binatang, barang atau lainnya yang berisikan untuk melakukan sesuatu. Keadaan tersebut tentunya mempunyai efek yang membahayakan dan menjadi fokus kita bersama, apabila halusinasi tidak ditangani dengan baik tentunya akan menimbulkan resiko baik terhadap diri pasien, orang lain maupun lingkungan sekitar (Oktaviani, Hasanah & Utami, 2022).

Salah satu jenis halusinasi yang sering dialami seseorang adalah halusinasi pendengaran (*pendengaran suara atau bunyi*), yang ditandai dengan pasien mengalami gangguan rangsangan pada pendengaran seperti suara orang, hewan, atau lainnya dan bunyi tersebut mendorong pasien untuk melakukan perilaku destruktif (Mu'izzul Hidayat, Hana Nafiah, 2023). Terapi Menggambar Seni membantu seseorang mengekspresikan dan memahami emosi mereka melalui ekspresi artistik dan proses kreatif. Tujuan terapi menggambar ini adalah untuk meningkatkan fungsi kognitif, psikomotorik, dan emosional mereka (Muthmainnah dkk., 2023).

Terapi Menggambar Seni adalah metode terapeutik yang menggunakan media seni untuk mengeksplorasi perasaan, meningkatkan kesadaran diri, mengelola perilaku, meningkatkan orientasi realitas, mengurangi kecemasan, dan meningkatkan harga diri. Terapi seni menggunakan media seni untuk membantu seseorang mengekspresikan emosi mereka (Johanna, Gati & Suatn, 2023). Aspek fisik melalui tangan, aspek kognitif dan afektif, serta aspek psikologis perasaan dan emosi dapat selaras selama proses terapi seni. Jika dibandingkan dengan verbalisasi, visualisasi melalui terapi lukisan seni dapat memunculkan perasaan, emosi, ingatan, dan pikiran yang tersimpan dari alam bawah sadar (tidak sadar) ke alam sadar (Kartika, Indiaty dan Yuhenita, 2021). Terapi menggambar merupakan salah satu cara bagi individu untuk mengekspresikan emosi, pikiran, dan perasaan yang tidak dapat diungkapkan secara verbal; terapi menggambar dapat membantu individu untuk memvisualisasikannya (Putri, Handayani dan Naralia, 2023). Beberapa peneliti telah mengungkapkan bahwa penerapan terapi okupasi menggambar dapat secara efektif

mengurangi tanda dan gejala gangguan mental pada pasien dengan diagnosis perawatan halusinasi pendengaran (Pradana, Dewi dan Fitri, 2023). Terapi yang efektif yang bisa dilakukan kepada pasien halusinasi untuk menurunkan tingkat halusinasi yaitu dengan strategi pelaksanaan 1-4, strategi pelaksanaan ini meliputi SP1 mengenal halusinasi dan melatih pasien cara menghardik untuk mengontrol halusinasi, SP2 melatih pasien untuk atuh minum obat atau rutin mengonsumsi obat, SP3 mengontrol halusinasi dengan bercakap-cakap dan SP4 mengontrol halusinasi dengan melakukan aktivitas (menonton video) Dari strategi pelaksanaan 1-4 ini bertujuan untuk melihat perubahan perilaku dan keyakinan pasien terhadap halusinasi yang di dengar oleh pasien.

Halusinasi adalah persepsi sensorik palsu yang tidak ada hubungannya dengan rangsangan eksternal yang sebenarnya. Klien kesulitan membedakan apakah rangsangan yang dialaminya berasal dari rangsangan internal (pikiran atau perasaan) atau rangsangan dari luar. Situasi ini dapat mempengaruhi salah satu dari panca indera. Halusinasi paling sering terjadi pada pasien dengan gangguan penggunaan narkoba, skizofrenia, dan gangguan lainnya (Wenny et al., 2023). Halusinasi digambarkan sebagai gejala dari gangguan jiwa yang berupa respon dari panca indera yang tidak nyata (Kelliat et al., 2019). Pengertian lain juga menjelaskan bahwa halusinasi adalah salah satu gangguan persepsi yang terjadi pada panca indera tanpa adanya rangsangan sensorik maupun adanya persepsi indera yang keliru atau salah (Lalla et al., 2022). Setiap tahun jumlah penderita gangguan jiwa mengalami peningkatan dan hingga saat ini menjadi permasalahan kesehatan yang signifikan di dunia termasuk di Indonesia (Pandjaitan & Rahmasari, 2020). Di Indonesia penderita gangguan jiwa meningkat sebesar 7 permil rumah tangga sehingga estimasi sebanyak 450 ribu (Riskesdas, 2018), di Jawa Tengah sendiri mencapai 81.983 (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2019). Berdasarkan uraian yang terpapar diatas, kemudian penulis tertarik untuk menganalisis penerapan intervensi melakukan aktivitas menggambar terhadap kemampuan mengontrol halusinasi pada pasien skizofrenia. Dengan demikian, penulis tertarik untuk mengevaluasi terkait pengaruh intervensi melakukan aktivitas menggambar untuk menurunkan tanda dan gejala halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia.

METODE

Desain

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif dengan pendekatan metode studi kasus, metode penulisan karya ilmiah ini berfokus pada masalah keperawatan Skizofrenia.

Pertanyaan Penelitian

Bagaimana penerapan intervensi melakukan aktivitas menggambar terhadap kemampuan mengontrol halusinasi pendengaran pada pasien halusinasi pendengaran di RSJD Dr. Amino Gondoutomo Semarang?

Sampel dan setting

Penelitian yang dilaksanakan di ruang perawatan atau ruang rawat inap keperawatan jiwa pada bulan desember 2025, penelitian dilakukan selama 3 hari. Subjek pada studi kasus ini adalah 2 pasien dengan diagnosa Skizofrenia: Halusinasi gangguan pendengaran yang dipilih berdasarkan kriteria spesifik dengan teknik *purposive sampling*.

Variabel

Dalam penelitian ini berfokus pada kemampaun pasien untuk mengontrol halusinasi pendengaran, intervensi yang diberikan pada pasien dengan melakukan aktivitas

menggambar melalui strategi pelaksana (SP1-4) yang bertujuan untuk mengetahui kemampuan pasien dalam menerapkan cara mengontrol halusinasi dengan melakukan aktivitas seperti menggambar.

Instrumen

Instrumen yang digunakan dalam penelitian berupa format pengkajian, lembar observasi, catatan perkembangan pasien dengan pendekatan SOAP, dalam proses pengambilan data dilakukan dengan metode wawancara digunakan sebagai dasar pelaksanaan strategi pelaksanaan, observasi dan dokumentasi kepada pasien.

Pengumpulan data

Intervensi pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan selama tiga hari pada tanggal 15 s.d 17 desember 2025. Pada pertemuan pertama dilakukan pengkajian pada pasien untuk mengetahui isi halusinasi, frekuensi, waktu, situasi, dan respon pasien yang mengalami gangguan halusinasi pendengaran dan mengatasinya dengan cara menghardik (SP1). Pengkajian yang dilakukan peneliti untuk mengedukasi kepatuhan minum obat secara teratur (SP2). Mengontrol halusinasi dengan cara bercakap-cakap dengan orang lain (SP3). Melakukan aktivitas menggambar (SP4). Pada hari kedua dan ketiga peneliti melakukan evaluasi strategi pelaksanaan yang telah diberikan kepada pasien sehingga strategi pelaksanaan ini bertujuan untuk mengontrol halusinasi, peneliti juga bisa melakukan pendekatan kepada pasien dan mengetahui intervensi apa saja yang bisa membantu pasien mengontrol halusinasi.

Analisa data

Analisa dilakukan dengan cara deskriptif narasi dengan membandingkan intervensi yang belum dilakukan dan setelah dilakukan kepada pasien. Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi ditemukan bahwa pasien mengalami gangguan persepsi sensori, selama proses intervensi maka peneliti fokus pada intervensi melakukan aktivitas menggambar, dan mampu mengontrol halusinasi pada pasien halusinasi pendengaran.

Etika penelitian

Etika penelitian ini memiliki prinsip yang harus dipatuhi meliputi information sheet, informed consent, anonymity, confidentiality terhadap hak pasien sendiri, penelitian ini dilakukan sesuai dengan prosedur pelayanan dan standar praktik keperawatan jiwa.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden

Nama Pasien	Tn. G	Tn. A
Jenis kelamin	Laki-laki	Laki-laki
Pendidikan	SMA	SMA
Lama dirawat	14 hari	14 hari
Diagnosa medis	F20.3 <i>Schizophrenia</i>	F20.3 <i>Schizophrenia</i>

Berdasarkan analisis tabel 1. Menunjukan bahwa karakteristik pasien halusinasi pendengaran berjenis kelamin laki-laki, pendidikan SMA, lama dirawat 14 hari dengan diganosa F20.3 *Schizophrenia* Pada pengkajian awal, pasien mengalami halusinasi pendengaran dengan suara yang didengar untuk memerintah. Suara memerintah tersebut pasien dengar hampir setiap hari dan pada malam hari. Pada awal intervensi, frekuensi

halusinasi yang di dengar bisanya lebih dari 2 kali dengan durasi bisa lebih dari 1-2 menit. Saat penulis melakukan observasi terkadang pasien terlihat tidak fokus, tidak tenang dan, tampak cemas. Selain itu pasien juga sudah memahami beberapa cara mengontrol halusinasi.

Hasil pengkajian awal, suara yang didengar pada pasien yang mengalami halusinasi pendengaran berupa suara perintah. Suara perintah tersebut didengar pasien hampir setiap hari dan pada saat malam hari. Pada intervensi awal, frekuensi halusinasi yang didengar pasien biasanya satu hari bisa lebih dari 2 kali dengan durasi waktu kurang lebih 1-2 menit. Pada saat penulis melakukan observasi terkadang pasien terlihat kurang fokus, terlihat tidak tenang, dan tampak cemas. Selain itu pasien sudah memahami cara mengontrol halusinasi.

Tabel 2. Hasil Pre dan Post intervensi pada Kemampuan mengontrol halusinasi

Pre Intervensi	Post Intervensi
Sebelum dilakukan mengontrol halusinasi dengan cara melakukan aktivitas menggambar frekuensi halusinasi pasien masih tergolong tinggi dengan durasi 1-2 menit tetapi sering.	Setelah dilakukan intervensi selama 3 hari pasien mampu menurunkan frekuensi halusinasi dan respon stimulus dalam mengontrol halusinasi dengan melakukan aktivitas menggambar.

Analisis tabel 2. Intervensi hari pertama, setelah dilakukan strategi pelaksanaan SP 4 pasien sudah mulai menunjukkan perubahan respon. Pasien juga bersedia melakukan aktivitas menggambar dan menunjukkan sifat kooperatif selama intervensi dilakukan. Meskipun frekuensi halusinasi yang didengar masih tinggi, tetapi pasien mampu memahami teknik untuk menurunkan halusinasi yang didengar dengan cara menggambar.

Intervensi hari kedua, terjadi perubahan klinis lebih baik dari sebelumnya, frekuensi halusinasi yang didengar awalnya lebih dari 2 kali dan sering selama 1-2 menit, saat dilaporkan durasinya berkurang dan kurang dari 1 menit dan sehari dalam sehari. Pasien mampu melakukan teknik menghardik, bercakap-cakap dengan teman maupun perawat atau orang yang ada di dalam ruangan, mampu minum obat, dan melakukan aktivitas menggambar, perilaku pasien lebih tenang, respon pasien baik, dan halusinasi lebih terkontrol.

Intervensi hari ketiga, perkembangan klinis pasien lebih signifikan. Frekuensi terhadap halusinasi turun dengan durasi yang lebih singkat. Pasien mampu mengontrol halusinasi dengan cara menghardik, bercakap-cakap, dan minum obat. Hasil intervensi menunjukkan hubungan antara teknik distraksi melakukan aktivitas dengan cara menggambar dapat menurunkan frekuensi halusinasi dan respon stimulus dalam mengontrol halusinasi.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi melakukan aktivitas dengan menggambar dapat menurunkan frekuensi halusinasi pendengaran dan peningkatan pasien terhadap mengontrol halusinasi. Intervensi dilakukan selama tiga hari dan bertahap. Terapi menggambar Seni adalah metode terapeutik yang menggunakan media seni untuk mengeksplorasi perasaan, meningkatkan kesadaran diri, mengelola perilaku, meningkatkan orientasi realitas, mengurangi kecemasan, dan meningkatkan harga diri. Terapi seni menggunakan media seni untuk membantu seseorang mengekspresikan emosi mereka (Johanna, Gati & Suatn, 2023). Aspek fisik melalui tangan, aspek kognitif dan afektif, serta aspek psikologis perasaan dan emosi dapat selaras selama proses terapi seni. Jika dibandingkan dengan verbalisasi, visualisasi melalui terapi lukisan seni dapat memunculkan perasaan, emosi, ingatan, dan pikiran yang tersimpan dari alam bawah sadar (tidak sadar) ke alam sadar (Kartika, Indiati dan Yuhanita, 2021).

Terapi menggambar merupakan salah satu cara bagi individu untuk mengekspresikan emosi, pikiran, dan perasaan yang tidak dapat diungkapkan secara verbal; terapi menggambar dapat membantu individu untuk memvisualisasikannya (Putri, Handayani dan Naralia, 2023). Beberapa peneliti telah mengungkapkan bahwa penerapan terapi okupasi menggambar dapat secara efektif mengurangi tanda dan gejala gangguan mental pada pasien dengan diagnosis perawatan halusinasi pendengaran (Pradana, Dewi dan Fitri, 2023). Pasien skizofrenia terdapat beberapa sesi yang tidak dapat dipisahkan yaitu, terapi melakukan aktivitas stimulasi persepsi mengenal halusinasi, terapi aktivitas stimulasi persepsi halusinasi dengan cara menghardik halusinasi, bercakap-cakap dan terapi melakukan aktivitas stimulasi persepsi mengontrol halusinasi dengan melakukan kegiatan dengan cara menggambar yang sangat efektif dalam menurunkan halusinasi. Namun demikian dalam penelitian ini memiliki keterbatasan dalam subjek yang digunakan dikarenakan hanya menggunakan dua subjek sehingga intervensi yang dilakukan seharusnya diberikan terapi aktivitas kelompok yang subjeknya terdiri dari lima hingga tujuh subjek, agar lebih efektif dalam melakukan aktivitas menggambar.

Keterbatasan penelitian

Penelitian ini memiliki keterbatasan karena intervensi yang sangat singkat dilakukan hanya tiga hari. Selain itu peneliti berfokus pada strategi pelaksanaan melakukan aktivitas distraksi menggambar tanpa ada kombinasi teknik lainnya.

Implikasi penelitian

Hasil penelitian yang sudah dilakukan bahwa intervensi melakukan aktivitas menggambar efektif untuk menurunkan tingkat halusinasi pendengaran, sehingga dapat memberikan respon yang adekuat serta untuk mengalihkan perhatian pasien pada bisikan-bisikan yang di dengar. Intervensi yang sesuai strategi pelaksanaan harus diberikan kepada pasien sehingga dapat meningkatkan dalam mengontrol halusinasi.

KESIMPULAN

Melakukan aktivitas menggambar dapat mencegah dan mengontrol halusinasi, dan bisa membuat pikiran lebih tenang. Teknik distraksi dengan melakukan aktivitas menggambar harus dikombinasikan dengan strategi pelaksanaan lain seperti minum obat secara rutin. Diharapkan bagi perawat maupun institusi pelayanan agar intervensi nonfarmakologi melakukan aktivitas menggambar ini dapat meningkatkan kualitas asuhan keperawatan yang selalu berfokus pada pasien dan secara holistik.

Pertanyaan konflik kepentingan

Penulis menegaskan bahwa tidak ada konflik kepentingan pribadi dengan individu maupun organisasi lain yang dianggap mempengaruhi objektivitas atau hasil dari penelitian studi kasus ini. Penelitian ini dilakukan sepenuhnya yang bertujuan untuk pengembangan ilmu pengetahuan terhadap penulis dan praktik asuhan keperawatan jiwa yang dilaksanakan.

Sumber pendanaan

Penelitian ini dilakukan penulis secara mandiri tanpa menerima dukungan finansial, hibah, atau bantuan dana instansi pemerintah maupun organisasi manapun. Seluruh biaya dalam proses pelaksanaan penelitian dan penyusunan artikel adalah tanggung jawab pribadi penulis.

Ucapan terimakasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada pembimbing, institusi pelayanan kesehatan, serta semua semua pihak yang turut mendukung penulis untuk penelitian ini.

REFERENSI

- Afconneri, H. &. (2020, 8(1)). Perwatan Diri Pasien Skizofrenia dengan Halusinasi. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9-20.
- Handayani, B. d. (2023). Studi Kasus: Terapi Okupasi Menggambar Dalam Meningkatkan Harga Diri Pasien dengan Harga Diri Rendah. *Jurnal Keperawatan Pelni*, 01(2).
- Heng, P. H. (2018). *Perilaku Delinkuensi: Pergaulan Anak dan Remaja Ditinjau dari Pola Asuh Orang Tua*. Yogyakarta: Andi (anggota IKAPI).
- Kartika, D. I. (2021). Pengaruh terapi seni menggambar dalam layanan konseling kelompok dapat meningkatkan pengelolaan emosi marah. *Borobudur Counseling Review*, 1(2), 69-74.
- Mu'izzul Hidayat, d. (2023). Penerapan Art Therapy: Menggambar Pada Pasien Halusinasi Pendengaran Di Ruang Sena RSJD dr. Arif Zainudin Surakarta. *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS*, Vol.6, 507-515.
- Muthmainnah, M. d. (2023). Terapi mengurangi tanda dan gejala pasien skizofrenia dengan halusinasi. *Jurnal Inovasi Keperawatan*, 2(3), 97-101.
- Oktaviani, S. H. (2022). Penerapan Trapi Menghardik dan Menggambar pada Pasien Halusinasi Pendengaran. *Jurnal Cendekia Muda*, 2(30), 407-415.
- Pradana, e. a. (2023). Penerapan Terapi Okupasi Menggambar Terhadap Tanda Dan Gejala Pasien Halusinasi Pendengaran Di Ruang Kutilang RSJD Provinsi Lampung. *Jurnal Cendekia Muda* 3(1), 149-154.