

PENERAPAN TERAPI OKUPASI MENGGAMBAR TERHADAP KEMAMPUAN MENGONTROL HALUSINASI

Pricilia Thresia Laturette¹, Dwi Indah Iswanty²

Universitas Karya Husada Semarang

Email: threslaturette@gmail.com¹, misskey.indah@yahoo.com²

ABSTRAK

Latar Belakang: Halusinasi merupakan salah satu gejala positif skizofrenia yang sering muncul dan dapat mengganggu fungsi kognitif, emosi, serta perilaku pasien. Salah satu upaya nonfarmakologis untuk mengontrol halusinasi adalah terapi okupasi menggambar. Aktivitas menggambar memberikan kesempatan kepada pasien untuk mengekspresikan emosi, meningkatkan fokus, serta menurunkan respon terhadap stimulus halusinatf. Tujuan: Mengetahui efektivitas terapi okupasi menggambar dalam meningkatkan kemampuan mengontrol halusinasi pada pasien gangguan jiwa di ruang UPIP Kresna RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang.. Metode penelitian menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus terhadap tiga pasien dengan diagnosis gangguan persepsi sensori: halusinasi pendengaran. Intervensi dilakukan selama tiga hari dengan durasi 20–45 menit setiap sesi. Pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi, dokumentasi, serta lembar penilaian kemampuan mengontrol halusinasi.. Hasil: Sebelum intervensi, seluruh responden berada pada tingkat halusinasi sedang hingga meningkat. Setelah intervensi terapi menggambar dilakukan selama tiga hari, ketiga responden menunjukkan penurunan intensitas halusinasi (100%). Pasien mampu menggunakan strategi mengontrol halusinasi berupa menghardik, bercakap-cakap, meminum obat teratur, dan melakukan aktivitas terjadwal. Kesimpulan: Terapi okupasi menggambar terbukti efektif dalam menurunkan tingkat halusinasi dan meningkatkan kemampuan kontrol diri pasien. Aktivitas ini dapat dijadikan intervensi nonfarmakologis pendukung dalam asuhan keperawatan jiwa.

Kata Kunci: Halusinasi, Terapi Okupasi, Menggambar, Skizofrenia.

ABSTRACT

Background: Hallucinations are one of the positive symptoms of schizophrenia that frequently occur and can disrupt patients' cognitive, emotional, and behavioral functions. One of the non-pharmacological interventions that can help control hallucinations is occupational drawing therapy. Drawing activities allow patients to express emotions, improve focus, and reduce responses to hallucinatory stimuli. Objective: To determine the effectiveness of drawing occupational therapy in improving the ability to control hallucinations in psychiatric patients in the UPIP Kresna Ward at RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang. Method This study used a descriptive qualitative method with a case study approach involving three patients diagnosed with sensory perception disturbance: auditory hallucinations. The intervention was carried out for three days, with each session lasting 20–45 minutes. Data were collected through interviews, observations, documentation, and assessment sheets measuring the patients' ability to control hallucinations. Results: Before the intervention, all respondents experienced moderate to increased levels of hallucinations. After three drawing therapy sessions, all three respondents showed a decrease in hallucination intensity (100%) and were able to apply hallucination-control strategies such as commanding the hallucination to stop, talking to others, taking medication regularly, and engaging in scheduled activities. Conclusion: Drawing occupational therapy is effective in reducing hallucination intensity and improving patients' self-control abilities. This activity can be used as a supportive non-pharmacological intervention in psychiatric nursing care.

Keywords: Hallucinations, Occupational Therapy, Drawing, Schizophrenia.

PENDAHULUAN

Gangguan jiwa adalah salah satu dari empat masalah utama di negara-negara maju, walaupun masalah kesehatan jiwa tidak dianggap sebagai ancaman yang menyebabkan kematian secara langsung, namun gangguan tersebut dapat menimbulkan ketidakmampuan individu dalam berperilaku. Menurut Widowati (2023), gangguan jiwa merupakan kondisi Kesehatan dimana individu tersebut mengalami perubahan dalam pola pikir, emosi, atau perilaku maupun gabungan dari ketiga perubahan tersebut. World Health Organization (WHO) pada tahun 2023 melaporkan bahwa sekitar 14% orang berusia 60 tahun ke atas mengalami gangguan mental, dengan depresi dan kecemasan sebagai kondisi yang paling umum.

Di Indonesia, masalah kesehatan jiwa juga menunjukkan angka yang cukup tinggi. Kementerian Kesehatan RI (2023) melaporkan bahwa terdapat 630.827 jiwa yang mengalami gangguan kesehatan jiwa, dengan Provinsi Jawa Tengah menempati urutan ketiga tertinggi yaitu 86.668 jiwa (13,7%). Masalah ini lebih banyak terjadi pada laki-laki (50,1%). Salah satu gangguan jiwa yang sering ditemui ialah skizofrenia, yaitu gangguan psikotik fungsional yang ditandai oleh adanya delusi, halusinasi, serta gangguan dalam proses pikir, persepsi, dan perilaku (Hany, Rehman, & Chapman, 2023). Skizofrenia juga ditandai oleh gangguan kognitif seperti penurunan memori, perhatian, kemampuan pemecahan masalah, serta munculnya gejala positif dan negatif (Azijah & Rahmawati, 2022).

Halusinasi, khususnya halusinasi pendengaran, merupakan salah satu gejala yang paling sering dialami pasien skizofrenia. Halusinasi pendengaran ditandai oleh persepsi suara tanpa adanya rangsangan eksternal yang nyata, yang dapat memengaruhi kontrol diri dan memicu perilaku tidak adaptif (Kamariyah & Yuliana, 2021). Pasien kerap menunjukkan perilaku seperti berbicara sendiri, menutup telinga, atau merespons suara yang tidak didengar oleh orang lain (Sutinah et al., 2019). Kondisi ini memerlukan penanganan yang tepat agar pasien mampu mengenali dan mengendalikan stimulus internal tersebut. Pendekatan penanganan dapat berupa terapi farmakologis maupun nonfarmakologis, yang diterapkan secara komprehensif dan berkesinambungan.

Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat diberikan yaitu terapi okupasi. Terapi ini bertujuan melatih kemampuan fungsional pasien serta meningkatkan adaptasi terhadap lingkungan melalui aktivitas bermakna. Salah satu bentuk terapi okupasi yang digunakan adalah terapi menggambar, yang merupakan media ekspresi seni untuk menyalurkan emosi, pikiran, dan imajinasi. Terapi ini mendorong pasien untuk mengekspresikan perasaannya secara nonverbal, mengurangi kecemasan, serta meningkatkan kemampuan mental, emosional, dan psikomotorik (Norsyehan et al., 2015). Menggambar juga membantu pasien mengorganisasi persepsi sehingga tidak terjebak dalam dominasi halusinasi. Penelitian Laisina et al. (2022) menunjukkan bahwa terapi okupasi pada waktu luang dapat menurunkan intensitas halusinasi; pasien yang sebelumnya sering berbicara sendiri dan pasif menjadi lebih mandiri dalam menjalankan aktivitas setelah diberikan terapi secara rutin.

METODE

1. Desain

Desain penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus dengan metode deskriptif.

2. Pertanyaan Penelitian

Bagaimana Penerapan Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Persepsi Pada Pasien Halusinasi Pendengaran Di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang.

3. Sampel dan setting

Studi kasus mengambil 3 responden di Ruang Upip Kresna RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang, untuk dikaji bagaimana penerapan Terapi okupasi menggambar pada pasien dengan halusinasi untuk mengetahui sebelum dan sesudah diberikan terapi okupasi menggambar.

4. Variabel

Variabel independent Terapi okupasi menggambar dan variable dependen kemampuan mengontrol halusinasi

5. Instrumen

Alat Pengumpulan data menggunakan lembar pengkajian format asuhan keperawatan jiwa, lembar observasi tanda dan gejala halusinasi, SOP terapi okupasi menggambar

6. Pengumpulan data

Metode pengumpulan data pada studi kasus yaitu dengan Wawancara, Observasi, Pemeriksaan fisik dan status mental dan Dokumentasi. Penelitian ini dilakukan di ruang Upip Kresna RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang. Intervensi dilakukan selama 3 hari dalam periode penelitian 2 minggu dengan 3 responden.

7. Analisa data

Analisa data dalam studi kasus ini meliputi pengkajian keperawatan, diagnosa, intervensi, implementasi, dan evaluasi yang dijelaskan secara deskriptif. Penyajian data disajikan secara narasi atau deskriptif sederhana. Dari data yang telah diperoleh penulis disajikan dan dibahas dalam bentuk narasi dan tabel

8. Pertimbangan etis

Studi kasus ini menjaga prinsip etika studi kasus yaitu: Lembar persetujuan (Informed consent), Tanpa nama (Anonymity), Kerahasiaan (Confidentiality), Manfaat (Beneficence), Keadilan (Justice).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Table 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kemampuan pasien Mengontrol Halusinasi

Kriteria	Frekuensi	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki laki	3	100
Perempuan	0	0,00
Usia responden (usia)		
17-25	2	66,67
26-35	0	0,00
36-45	1	33,33
46-55	0	0,00
Pendidikan		
Tidak sekolah	0	0,00
SD	0	0,00
SMP	1	33,33
SMA/K	2	66,67
D3/S1	0	0,00
Pekerjaan		
Tidak bekerja	3	100
Karyawan swasta	0	0,00
Wirausaha	0	0,00
Buruh	0	0,00
Petani	0	0,00
Lama sakit (tahun)		
< 1	3	100
>1	0	0,00

Tabel 1. didapatkan data dari 3 responden jenis kelamin responden adalah laki-laki (100%), sebagian besar responden berusia 17-25 tahun dengan jumlah responden 2 (66,67%) dan 1 responden berusia 36-45 tahun (33,33%). Tingkat Pendidikan responden, 2 responden (66,67%), tingkat Pendidikan SMA dan 1 responden (33,33%) tingkat Pendidikan SMP. 3 responden (100%) berstatus tidak bekerja dan lamanya sakit semua responden <1 tahun dengan jumlah 3 responden (100%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kemampuan pasien Mengontrol Halusinasi

Kemampuan Mengontrol Halusinasi	Sebelum	Persentase	Sesudah	Persentase
Menghardik	0	0.00	3	100
Bercakap-cakap	0	0.00	3	100
Minum obat	0	0.00	3	100
Kegiatan terjadwal	0	0.00	3	100

Tabel 2. menunjukkan bahwa sebelumnya 3 responden belum bisa melakukan cara mengontrol halusinasi menghardik, bercakap, cakap-cakap, minum obat dan kegiatan terjadwal. Setelah dilakukan penerapan cara mengontrol halusinasi 3 responden (100%) mampu mengontrol halusinasi dengan cara menghardik, bercakap, cakap-cakap, minum obat dan kegiatan terjadwal.

Tabel 3. Kemampuan Responden Mengontrol Halusinasi dengan Melakukan Terapi Okupasi Menggambar

Kemampuan pasien melakukan terapi okupasi menggambar	Frekuensi	Presentase (%)
Mampu	3	100
Tidak mampu	0	0,00
Total		100

Tabel 3. menunjukkan bahwa dari 3 responden (100%) penelitian, semuanya memiliki kemampuan untuk melakukan terapi menggambar terhadap kemampuan mengontrol halusinasi.

Tabel 4. Kemampuan Pasien dalam Mengontrol halusinasi pendengaran sebelum dan sesudah dilakukan Terapi Menggambar Hari Pertama

Nilai	Tingkat Halusinasi	Terapi Menggambar			
		Sebelum dilakukan	Presentase	Setelah dilakukan	Presentase
1	Menurun	0	0.00	3	100.0
2	Cukup Menurun	0	0.00	0	0
3	Sedang	0	0.00	0	0
4	Cukup Meningkat	0	0.00	0	0
5	Meningkat	3	100.0	0	0
Total		3	100.0 %	3	100.0%

Tabel 4. menunjukkan bahwa berdasarkan tingkat halusinasi ketiga Responden sebelum dilakukan penerapan terapi menggambar hasilnya meningkat dengan presentase 100%, sedangkan setelah dilakukan penerapan terapi menggambar hasilnya tingkat halusinasi 2 responden (66,67%) menurun dan 1 responden (33,33%) sedang.

Tabel 5 Kemampuan Pasien dalam Mengontrol halusinasi pendengaran sebelum dan sesudah dilakukan Terapi Menggambar hari kedua

Nilai	Tingkat halusinasi	Terapi menggambar			
		sebelum dilakukan	Presentase	Setelah dilakukan	Presentase
1	Menurun	0	0.00		0
2	Cukup menurun	0	0.00	3	100
3	Sedang	3	100	0	0,00
4	Cukup meningkat	0	0.00	0	0.00
5	Meningkat	0	0.00	0	0.00
Total		3	100%	3	100%

Tabel 5 menunjukkan bahwa berdasarkan tingkat halusinasi ketiga Responden sebelum dilakukan penerapan terapi menggambar hasilnya sedang dengan presentase 100%, sedangkan setelah dilakukan penerapan terapi menggambar hasilnya tingkat halusinasi 3 responden (100%) cukup menurun.

Tabel 6 Kemampuan Pasien dalam Mengontrol halusinasi pendengaran sebelum dan sesudah dilakukan Terapi Menggambar hari ketiga

Nilai	Tingkat halusinasi	Terapi menggambar			
		sebelum dilakukan	Presentase	Setelah dilakukan	Presentase
1	Menurun	0	0.00	3	100
2	Cukup menurun	0	0.00	0	0,00
3	Sedang	3	100	0	0,00
4	Cukup meningkat	0	0.00	0	0.00
5	Meningkat	0	0.00	0	0.00
Total		3	100%	3	100%

Tabel 6 menunjukkan bahwa berdasarkan tingkat halusinasi ketiga Responden sebelum dilakukan penerapan terapi menggambar hasilnya sedang dengan presentase 100%, sedangkan setelah dilakukan penerapan terapi menggambar hasilnya tingkat halusinasi 3 responden (100%) menurun.

Pembahasan

Berdasarkan hasil pelaksanaan terapi okupasi menggambar selama tiga hari terhadap tiga responden dengan diagnosa gangguan persepsi sensori: halusinasi pendengaran di ruang UPIP Kresna RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang, diperoleh hasil bahwa seluruh responden mengalami penurunan tingkat halusinasi setelah dilakukan intervensi. Sebelum dilakukan terapi, seluruh responden menunjukkan gejala halusinasi sedang hingga meningkat, seperti berbicara sendiri, tertawa tanpa sebab, tampak gelisah, serta sering menutup telinga. Namun, setelah penerapan terapi okupasi menggambar secara bertahap, responden mulai menunjukkan kemampuan mengontrol halusinasi dengan cara menghardik, bercakap-cakap dengan orang lain, minum obat secara teratur, serta melakukan kegiatan terjadwal.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa terapi okupasi menggambar memberikan efek positif terhadap kemampuan pasien dalam mengontrol halusinasi. Kegiatan menggambar mampu menjadi sarana penyaluran emosi dan pikiran yang tidak dapat diungkapkan secara verbal, sehingga menurunkan ketegangan dan kecemasan yang sering menjadi pencetus munculnya halusinasi. Hal ini sejalan dengan pendapat Ramadhani (2019) yang menyatakan bahwa terapi okupasi menggambar membantu pasien mengekspresikan perasaan secara non-verbal, menyalurkan energi emosional, dan meningkatkan rasa tenang serta fokus pasien terhadap aktivitas yang positif. Selain itu, kegiatan menggambar juga dapat melatih fungsi kognitif, motorik halus, serta meningkatkan perhatian pasien terhadap lingkungan sekitarnya.

Selama proses terapi, setiap responden menunjukkan dinamika emosional yang berbeda. Pada hari pertama, responden masih menampilkan perilaku maladaptif seperti mudah marah, menutup telinga, atau menolak berinteraksi. Namun, pada hari kedua, mulai tampak adanya penurunan intensitas halusinasi serta peningkatan kemampuan pasien dalam mengungkapkan makna dari gambar yang dibuat. Hingga hari ketiga, ketiga responden sudah mampu menggambarkan objek atau sosok yang bermakna positif bagi dirinya (seperti keluarga, hobi, atau kenangan masa lalu), serta mengungkapkan perasaan senang dan tenang setelah menggambar.

Hasil tersebut sejalan dengan teori Kaplan & Sadock (2017) yang menjelaskan bahwa halusinasi dapat dikontrol melalui peningkatan interaksi realitas dan kegiatan bermakna, yang membantu pasien kembali pada orientasi nyata. Dengan menggambar, pasien diajak

untuk berfokus pada kegiatan konkret sehingga mengurangi perhatian terhadap rangsangan halusinatif.

Secara keseluruhan, terapi okupasi menggambar memberikan dampak yang bermakna dalam penurunan halusinasi pendengaran dan peningkatan kemampuan adaptasi pasien. Dari hasil observasi dan evaluasi, diketahui bahwa 100% responden mengalami penurunan gejala halusinasi dari kategori sedang/meningkat menjadi menurun setelah dilakukan tiga sesi terapi. Hal ini menunjukkan bahwa terapi okupasi menggambar dapat dijadikan salah satu intervensi nonfarmakologis efektif dalam asuhan keperawatan jiwa, khususnya untuk pasien dengan gangguan persepsi sensori halusinasi.

Dengan demikian, terapi okupasi menggambar dapat menjadi metode terapeutik yang layak diterapkan secara berkelanjutan di fasilitas kesehatan jiwa karena mampu mengintegrasikan aspek emosional, kognitif, dan sosial pasien, serta membantu perawat dalam memberikan pendekatan humanistik dan kreatif dalam proses penyembuhan pasien gangguan jiwa.

Kekuatan dan Keterbatasan Penelitian

Kekuatan pada penelitian ini adalah intervensi mudah dilakukan dan dapat diterima oleh semua responden karena terapi ini tidak membutuhkan ketrampilan khusus.

Keterbatasan pada penelitian ini adalah jumlah sampel yang kecil (tiga responden), durasi intervensinya sangat singkat (tiga hari)

Implikasi Hasil Penelitian

Penelitian ini menunjukkan bahwa terapi okupasi menggambar merupakan intervensi nonfarmakologis yang sangat potensial, mudah diimplementasikan, dan memberikan dampak nyata dalam menurunkan halusinasi. Hasil ini dapat dijadikan dasar pengembangan program terapi, pedoman klinis, dan inovasi keperawatan jiwa pada berbagai tatanan pelayanan

KESIMPULAN

Terapi okupasi menggambar terbukti efektif menurunkan halusinasi pendengaran pada seluruh responden. Setelah tiga sesi terapi, pasien mampu lebih fokus, lebih tenang, dan dapat menggunakan teknik pengontrol halusinasi secara mandiri. Terapi ini dapat dijadikan intervensi nonfarmakologis sederhana yang bermanfaat dalam perawatan pasien gangguan jiwa..

DAFTAR PUSTAKA

- Aldam, S. F. S., & Wardani, I. Y. (2019). Efektivitas penerapan standar asuhan keperawatan jiwa generalis pada pasien skizofrenia dalam menurunkan gejala halusinasi. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(2), 165–172.
- Apriliani, T. S. D., Fitriyah, E. T., & Kusyani, A. (2021). The effect of music therapy on behavioral changes in auditory hallucinations in schizophrenic patients: Literature review. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 7(1), 60–69.
- Apriliani, Y., & Widiani, E. (2020). Application of therapeutic communication in schizophrenia patients to control hallucinations at Menur Mental Hospital, Surabaya. *NERS Jurnal Keperawatan*, 16(2), 61–74.
- Dharmayanti, I., Tjandrarini, D. H., Hidayangsih, P. S., & Nainggolan, O. (2018). Pengaruh kondisi kesehatan lingkungan dan sosial ekonomi terhadap kesehatan mental di Indonesia. *Jurnal Ekologi Kesehatan*, 17(2), 64–74.
- Fatihah, F., Nurillawaty, A., Yusrini, Y., & Sukaesti, D. (2021). Terapi okupasi menggambar terhadap perubahan tanda dan gejala halusinasi pada pasien dengan gangguan jiwa: Literature review. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(1), 93–101.
- Firmawati, F., Syamsuddin, F., & Botutihe, R. (2023). Terapi okupasi menggambar terhadap

- perubahan tanda dan gejala halusinasi pada pasien dengan gangguan persepsi sensori halusinasi di RSUD Tombulilato. *Jurnal Medika Nusantara*, 1(2), 15–24.
- Fitri, N. Y. (2019). Pengaruh terapi okupasi terhadap gejala halusinasi pendengaran pada pasien rawat inap. *Jurnal Kesehatan Panca Bhakti Lampung*, 7(1), 33–40.
- Jatinandya, M. P. (2020). Terapi okupasi pada pasien dengan halusinasi di rumah sakit umum daerah Banyumas. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*.
- Kuantitatif, P. P. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Laisina, Y., Hatala, T. N., & Ambon, K. (2022). Efektivitas pemberian terapi okupasi aktivitas waktu luang dalam upaya mengontrol persepsi sensori halusinasi pendengaran. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(3), 597–602.
- Nurjaya, F., Hasanah, U., & Utami, I. T. (2024). Penerapan terapi okupasi menggambar terhadap tanda dan gejala pada pasien halusinasi. *Jurnal Cendikia Muda*, 4(1), 98–100.
- Pradana, V. W., Dewi, N. R., & Fitri, N. L. (2023). Penerapan terapi okupasi menggambar terhadap tanda dan gejala pasien halusinasi pendengaran. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(1), 149–154.
- Siringoringo, E. (2018). Faktor-faktor penyebab kekambuhan pada pasien skizofrenia di poliklinik jiwa RSUD H. Andi Sulthan Dg. Radja Kabupaten Bulukumba. *Jurnal Kesehatan Panrita Husada*, 3(1), 24–40.
- Widya, W. R., Ananda, S. T., Ivanca, T., Fadilah, A., & Jonathan, S. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental remaja di Kota Batam. *Jurnal Sintak*, 1(1), 1–7.