

LITERATURE REVIEW: INTERVENSI ATAU PERAWATAN BAGI PASIEN DEWASA YANG MENGALAMI HALUSINASI INTERVENTIONS OR TREATMENTS FOR ADULT PATIENTS WITH HALLUCINATIONS

Iceu Amira.¹, Aat Sriati,² Hendrawati,³ Nasya Yuniar⁴,

¹Departemen Keperawatan Jiwa, Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
amira@unpad.ac.id

²Departemen Keperawatan Jiwa, Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Aat.sriati@unpad.ac.id

³Departemen Keperawatan Jiwa, Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Hendrawati@unpad.ac.id

⁴Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Nasya18002@mail.unpad.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Halusinasi merupakan distorsi persepsi yang tidak nyata dan terjadi pada respons neurobiologis maladaptif. Jika tidak segera diberikan terapi atau penanganan, halusinasi akan menimbulkan masalah-masalah yang lebih banyak dan lebih buruk. Penanganan yang diberikan pada pasien halusinasi bertujuan untuk meningkatkan kesadaran pasien antara stimulasi persepsi yang dialami pasien dan kehidupan nyata, maka dari itu perlu intervensi yang dapat mengurangi gejala halusinasi sehingga mengurangi gejala yang mengarah pada respon maladaptif. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui intervensi yang dapat diberikan untuk mengurangi gejala halusinasi pada orang dewasa. Metode: Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode *literature review*, menggunakan *database* elektronik yaitu Pubmed, Garuda dan ClinicalKey dengan kata kunci bahasa Indonesia “Intervensi” OR “Perawatan” AND “Terapi” AND “Halusinasi” AND “Dewasa” dan kata kunci bahasa Inggris yaitu “Intervention” OR “Treatment” AND “Therapy” AND “Hallucinations” AND “Adult” dan diperoleh 6 artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi dan tujuan penelitian. Hasil: Intervensi atau perawatan yang dapat dilakukan untuk mengurangi gejala halusinasi diantaranya Terapi Okupasi, Terapi Musik Klasik, *AVATAR Therapy*, Terapi Aktivitas Kelompok dengan Stimulasi Persepsi, Terapi Komplementer Yoga Dan Terapi Modalitas Aktivitas Kelompok, serta *Guided Self-help berbasis CBTp* (CBTp- GSH). Kesimpulan: Selain dapat mengurangi gejala halusinasi, intervensi yang diperoleh berdasarkan review artikel dapat meningkatkan kemampuan pasien untuk mengendalikan gejala halusinasi serta memberikan dampak positif lainnya yang berkaitan dengan penurunan gejala halusinasi.

Kata Kunci: Dewasa, Halusinasi, Intervensi, Terapi

Diterima: Mei 2021

Direview: 15 Juli 2021

Diterbitkan: 31 Agustus 2021

ABSTRACT

Background: Hallucination is a perceptual distortion that is not real and occurs as maladaptive neurobiological responses. If it is left untreated, hallucination can lead into more serious problems. Therefore, interventions that can reduce hallucination symptoms which further may lead to maladaptive responses are highly needed. The interventions should be able to increase the patients' awareness of the perceptual stimulation experienced by them and their real life. Objective: This study aims to find out the treatments or interventions that can be given to reduce the hallucination symptoms in adult patients.

Method: To serve the aim, the study conducted a literature review to some research articles obtained from the electronic databases such as Pubmed, Garuda and ClinicalKey. The search was done by using the Indonesian keywords “intervensi” (intervention) or treatment, “terapi” (therapy), “halusinasi” (hallucination), adults, and also the English keywords,

namely “Intervention” or “Treatment”, “Therapy”, “Hallucinations” and “Adult”. Using those keywords, the study obtained 6 articles that fit to the inclusion criteria and research objectives. Results: The study found that interventions or treatments that can be used to reduce the symptoms of hallucinations are Occupational Therapy, Classical Music Therapy, AVATAR Therapy, Group Activity Therapy with Perceptual Stimulation, Complementary Yoga Therapy, Group Activity Modality Therapy, and Guided Self-help based on CBTp (CBTp-GSH). Conclusion: In addition to reducing the hallucination symptoms, the aforesaid interventions can improve the patients’ ability to control their hallucination symptoms. Moreove, the interventions also have other positive effects related to the reduction of the hallucination symptoms.

Keywords: *Adult, Hallucinations, Intervention, Therapy*

PENDAHULUAN

Fenomena masalah gangguan kejiwaan bukan merupakan hal yang baru melainkan sudah ada dari dulu hingga kini. Skizofrenia merupakan gangguan psikotik yang paling sering terjadi (Zahnia & Wulan, 2016). Skizofrenia adalah gangguan mental kronis dan parah yang mempengaruhi 20 juta orang di seluruh dunia. Skizofrenia juga biasanya dimulai lebih awal pada pria (WHO, 2019). Gejala skizofrenia biasanya muncul pada usia remaja akhir atau dewasa muda. Onset pada laki-laki biasanya antara 15-25 tahun dan pada perempuan antara 25-35 tahun. Prognosis biasanya lebih buruk pada laki-laki bila dibandingkan dengan perempuan. Onset setelah umur 40 tahun jarang terjadi (Elvira, 2013). Kejadian skizofrenia pada pria lebih besar daripada wanita.

Kejadian tahunan berjumlah 15,2% per 100.000 penduduk, kejadian pada imigran dibanding penduduk asli sekitar 4,7%, kejadian pada pria 1,4% lebih besar dibandingkan wanita. Angka di masyarakat berkisar 1-2% dari seluruh penduduk pernah mengalami skizofrenia dalam hidup mereka (Sadock & Kaplan,

2010). Pada negara Indonesia sendiri angka kejadian skizofrenia pada tahun 2018 mencapai 400.000 orang atau sebanyak 1,7 per 1.000 penduduk (Maulana et al., 2019). Pada klien skizofrenia salah satu gejala positif yang terjadi adalah halusinasi (Wahyuni, Keliat, Yusron, & Susanti, 2011). Menurut (Stuart & Michele, 2005) 70% pada klien yang skizofrenia mengalami halusinasi.

Menurut (Stuart & Keliat, Prinsip Dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart, 2016) halusinasi merupakan distorsi persepsi yang tidak nyata dan terjadi pada respons neurobiologis maladaptif. Pernyataan dari (Stuart & Keliat, 2016) terdapat dua faktor munculnya halusinasi, yaitu faktor presipitasi dan predisposisi. Faktor presipitasi yakni (1) faktor biologi yang terkait dalam gangguan komunikasi dan putaran balik otak yang mengatur proses informasi, (2) Faktor lingkungan yang mana terjadi tingkat stresor lingkungan di luar batas toleransi individu, (3) Koping yang dapat menentukan seseorang dalam mentoleransi stresor. Sedangkan faktor lainnya yaitu predisposisi terdiri dari (1)

faktor biologis yang berhubungan dengan perkembangan sistem saraf yang tidak normal, (2) Faktor psikologis seperti pola asuh orang tua, kondisi keluarga dan lingkungan, (3) Faktor sosial budaya seperti kondisi ekonomi, konflik sosial, serta kehidupan yang terisolasi disertai stres.

Gejala khas yang dimiliki oleh penderita skizofrenia adalah halusinasi, sehingga penderita tersebut tidak dapat membedakan antara stimulus internal dengan stimulus eksternal, mereka seolah-olah melihat atau mendengar suatu hal yang pada kenyataannya tidak ada (Suryani, 2013). Berdasarkan hasil penelitian, seseorang yang mengalami halusinasi dapat berbahaya bagi dirinya sendiri maupun orang lain karena halusinasinya terkadang menyuruhnya untuk melakukan sebuah tindakan kekerasan (Shawyer, et al., 2008). Halusinasi harus segera diberikan tindakan, halusinasi yang tidak segera diberikan terapi atau penanganan akan dapat menimbulkan masalah-masalah yang lebih banyak dan lebih buruk. Dampak yang dapat ditimbulkan oleh halusinasi pada klien skizofrenia antara lain adalah: (1) perilaku kekerasan yang dapat ditujukan pada diri sendiri maupun orang lain, (2) risiko tinggi tindakan bunuh diri, (3) gangguan interaksi sosial dan (4) kerusakan komunikasi verbal dan non verbal (Yusuf, FitriyasariR, Nursalam, & Iskandar, 2007).

Tindakan asuhan keperawatan yang tepat dapat menjadi penanganan yang tepat untuk mengatasi dampak dari halusinasi, menurut Stuart, Keliat, & Pasaribu (2016) asuhan keperawatan yang diberikan pada penderita halusinasi bertujuan untuk meningkatkan kesadaran pasien antara stimulasi persepsi yang dialami pasien dan kehidupan nyata (Stuart & Keliat, 2016). Berdasarkan uraian diatas pada artikel ini akan membahas beberapa intervensi yang dapat diberikan kepada pasien halusinasi berdasarkan dari hasil *literature review*.

METODE

Pencarian artikel dalam penyusunan *literature review* dilakukan pada Desember 2020 dengan menggunakan database elektronik yaitu Garuda, ClinicalKey dan Pubmed. Kata kunci dalam Bahasa Inggris digunakan untuk pencarian artikel yang tercantum pada tabel 1.

Tabel 1. Kata kunci pencarian artikel

Component	Major Term	Alternate Term1
	Intervensi	OR Perawatan
Intervensi	Intervention	OR Treatment
Terapi	Terapi	OR Therapy
Halusinasi	Halusinasi	OR Hallucinations
Dewasa	Dewasa	OR Adult

Kriteria inklusi artikel yang dipilih antara lain dipublikasi antara tahun 2015- 2020, full text, artikel berbahasa Inggris dan Indonesia, desain penelitian berjenis RCT (*Randomized Controlled Trial*). Berdasarkan hasil pencarian ditemukan pada Garuda sebanyak 42

artikel, ClinicalKey sebanyak 3109 artikel, dan Pubmed sebanyak 2116 artikel.

Melalui seleksi artikel dengan kriteria inklusi terdapat 64 artikel yang tersisa, yaitu: Garuda sebanyak 15 artikel, ClinicalKey sebanyak 37 artikel, dan Pubmed sebanyak 12 artikel. Artikel dianalisis dengan berfokus pada intervensi atau perawatan bagi orang dewasa yang mengalami halusinasi. Artikel yang didapat, diidentifikasi dan di skrining oleh tim penulis sesuai relevansi judul, metode RCT atau *clinical trial* serta quasi experimental dan dengan populasi penelitiannya dewasa. Sehingga diperoleh 6 artikel yang memenuhi syarat.

HASIL

Setelah dilakukan studi literatur, kami menemukan beberapa intervensi yang dapat dilakukan untuk menangani proses berduka pada usia dewasa. Intervensi tersebut antara lain adalah Terapi Okupasi, Terapi Musik Klasik, Terapi AVATAR, Terapi Aktivitas Kelompok dengan Stimulasi Persepsi, Terapi Komplementer Yoga dan Terapi Modalitas Aktivitas Kelompok serta *Guided Self-help berbasis CBTp* (CBTp-GSH).

Terapi Okupasi

Penelitian (Sari & et al, 2019) yang berjudul “Pengaruh Terapi Okupasi Terhadap Gejala Halusinasi Pendengaran Pada Pasien Halusinasi Pendengaran Rawat Inap Di Yayasan Aulia Rahma

Kemiling Bandar Lampung”, dengan desain *quasi- experimental pre-post test without control group*. Bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi okupasi terhadap gejala halusinasi pendengaran pada pasien halusinasi pendengaran rawat inap di yayasan Aulia Rahma, Kemiling Bandar Lampung tahun 2018. Sampel dalam penelitian ini adalah 27 pasien dengan halusinasi pendengaran yang dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Dilakukan *pre-test* dengan menggunakan lembar observasi untuk menentukan kategori gejala halusinasi pendengaran yang dialami pasien. Distribusi frekuensi gejala halusinasi pada *pre-test* ditemukan adanya 13 pasien kategori berat (48.1%), 14 pasien kategori berat (51.9%), dan 0 pasien kategori ringan (0%). Hari berikutnya mulai dilakukan terapi dengan durasi 1-2 jam secara bertahap, tahap pertama (½ - 1 jam) yang dimulai dengan persiapan dan orientasi seperti alat-alat dan bahan (tanaman, sekop, *polybag*, pupuk, air, dll). Kemudian tahap kedua yaitu tahap kerja dan evaluasi, dimana responden diajarkan bagaimana cara menanam dan merawatnya mulai dari menggali tanah dan demonstrasi kepada responden cara menanam sayuran, diikuti dengan evaluasi yang dilakukan dengan wawancara serta penghargaan kepada partisipan berupa pemberian hadiah.

Terapi dilakukan selama 2 minggu dengan 3 sesi pertemuan setiap minggunya, sehingga terdapat 6 sesi

pertemuan untuk 2 minggu. Pada hari ke-15 dilakukan observasi (*Post-test*) untuk mengukur gejala halusinasi pendengaran. Hasil penelitian menunjukkan frekuensi gejala halusinasi pendengaran pada pasien dengan halusinasi pendengaran mengalami penurunan setelah diberikan terapi okupasi. Terlihat dari perubahan distribusi frekuensi gejala halusinasi *post-test* dengan 5 pasien kategori berat (18.5%), 10 pasien kategori sedang (37.0%), dan 12 pasien kategori ringan (44.4%).

Terapi Musik Klasik

Penelitian “Efektivitas Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tanda dan Gejala pada Pasien Halusinasi Pendengaran” yang dilakukan oleh (Try & Agustina, 2017) dengan jenis penelitian *quasi experiment*, bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi musik klasik terhadap penurunan tanda dan gejala halusinasi pendengaran. Sampel pada penelitian ini adalah pasien halusinasi pendengaran di RS Jiwa dr. Soeharto Heerdjan Jakarta sebanyak 30 responden dengan teknik *sampling* yaitu *total sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu lembar observasi yang diberikan sebelum dan sesudah pelaksanaan terapi musik klasik. Isi dari lembar observasi meliputi data demografi, cara melakukan terapi musik, *checklist* observasi yang berisikan pernyataan tentang tanda dan gejala halusinasi dengan skala Likert sebagai skala pengukuran.

Sebelum dilakukan terapi musik klasik pada responden, terdapat 27 (90,0%) responden yang menunjukkan tanda dan gejala halusinasi. Setelah dilakukan terapi musik, terdapat penurunan tanda dan gejala halusinasi pada 27 (90,0%) responden. Uji paired t-test dilakukan untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik pada penurunan tanda dan gejala halusinasi pendengaran pada pasien halusinasi pendengaran sebelum dan sesudah terapi musik klasik. Hasil uji paired t-test menunjukkan nilai mean perbedaan skor antara sebelum dan sesudah dilakukannya intervensi yaitu 6,200 dengan standar deviasi 2,882. Terdapat perbedaan antara tanda dan gejala atau ada efektivitas terapi musik klasik terhadap penurunan tanda dan gejala halusinasi pendengaran pada pasien halusinasi pendengaran dengan hasil uji statistik yaitu 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh terapi musik klasik pada pasien dengan halusinasi pendengaran.

Terapi AVATAR

Penelitian yang dilakukan oleh (Craig, et al., 2018) di London, Inggris dengan judul *AVATAR therapy for auditory verbal hallucinations in people with psychosis: a single-blind, randomised controlled trial* bertujuan untuk mengetahui efek terapi AVATAR pada halusinasi verbal auditori, dibandingkan dengan kondisi kontrol konseling suportif. Rancangan penelitian

ini menggunakan *randomised controlled trial* yang terdiri dari 150 sampel partisipan dengan teknik pengambilan sampel secara *purposive sampling*. Partisipan dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok *supportive counseling* dan *AVATAR therapy*. Pada minggu ke 12, responden dengan terapi AVATAR mengalami penurunan halusinasi pendengaran secara signifikan dan lebih besar dari pada konseling suportif dengan skor total PSYRATS-AH (perkiraan perbedaan rata-rata -3.82 , SE 1.47 , 95% CI -6.70 hingga -0.94 ; $p = 0.009$; $d = 0.8$). Selain itu terdapat perbedaan yang signifikan dalam frekuensi suara yang dilaporkan dan pengurangan tekanan. Namun pada kelompok konseling terus meningkat sehingga tidak ada perbedaan yang signifikan untuk hasil sekunder pada minggu 24 diantara kelompok terapi AVATAR maupun kelompok konseling. Terapi AVATAR adalah terapi singkat untuk suara-suara yang terus-menerus dan menyusahakan yang membuat penggunaan representasi digital pengalaman psikotik secara kreatif dan baru untuk memberikan pertemuan terapeutik yang terkontrol namun realistis, memungkinkan dialog dan perubahan. Dalam perkembangan pesat, dari uji coba awal hingga uji coba terkontrol acak pertama, terapi AVATAR telah menunjukkan manfaat klinis yang besar bagi pendengar suara.

Terapi Aktivitas Kelompok dengan Stimulasi Persepsi

Penelitian yang dilakukan oleh (Sepalanita & Khairani, 2019) di RS Jiwa provinsi Jambi yang berjudul pengaruh terapi aktivitas kelompok dengan stimulasi persepsi terhadap kemampuan mengontrol halusinasi pada pasien skizofrenia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dan perbedaan terapi aktivitas kelompok stimulasi persepsi terhadap kemampuan mengontrol halusinasi pada klien halusinasi di RS Jiwa Provinsi Jambi pada tahun 2018. Rancangan penelitian ini menggunakan *quasi experimental* dengan teknik pengambilan sampel secara *purposive sampling* dan didapatkan sampel berjumlah 30 orang responden berjenis kelamin laki-laki dan pasien *skizofrenia* dengan halusinasi. Penelitian ini dilakukan selama kurang lebih 4 minggu di RS Jiwa Provinsi Jambi. Pengujian penilaian pengaruh terapi aktivitas kelompok terhadap kemampuan mengontrol halusinasi menggunakan uji *paired t-test*, didapatkan hasil pengaruh terapi TAK terhadap kemampuan mengontrol halusinasi $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dengan selisih rerata hasil *pretest* dan *posttest* sebesar 7,76 yang berarti adanya peningkatan kemampuan klien dalam mengontrol halusinasi. Sedangkan untuk menilai perbedaan dalam mengontrol halusinasi pada responden sebelum dan setelah TAK menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna secara

statistik, didapatkan nilai rerata *Pretest* sebesar 7,00 sedangkan rerata hasil *posttest* sebesar 14,76 dengan nilai $p=0,000$ ($p < 0,05$), sehingga dapat diartikan bahwa TAK lebih efektif dalam peningkatan kemampuan untuk mengontrol halusinasi.

Terapi Komplementer Yoga Dan Terapi Modalitas Aktivitas Kelompok

Penelitian yang dilakukan (Indirawaty, Rahman, & Khaerunnisa, 2018) di Sulawesi Selatan yang berjudul Studi Komparasi Terapi Komplementer Yoga dan Terapi Modalitas Aktivitas Kelompok Terhadap Kemampuan Mengendalikan Halusinasi Pendengaran di Rumah Sakit Khusus Provinsi Sulawesi Selatan bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi komplementer dari meditasi yoga pada pasien stres di jiwa psikis Rumah Sakit Daerah Khusus Provinsi Sulawesi Selatan. Rancangan penelitian ini menggunakan *Quasi Experimental* dengan sampel penelitian semua pasien stres yang datang untuk mengunjungi rumah sakit khusus poliklinik Provinsi Sulawesi Selatan sebesar 60 responden yang terdiri dari 30 responden pada kelompok tanpa intervensi 30 orang untuk kelompok intervensi. Pada penelitian ini, membandingkan dua kelompok intervensi, satu kelompok intervensi penerima perlakuan pemberian Yoga, dan satu lagi menerima perlakuan pemberian terapi aktivitas kelompok. Hasil penelitian pada kelompok pemberian

Yoga ini menunjukkan nilai P sebesar 0,000 ($< 0,05$) yang menggambarkan bahwa kemampuan mengendalikan halusinasi setelah diberikan intervensi Yoga terjadi kenaikan minimum dari 7 menjadi 16, maksimum dari 14 menjadi 26, dan mediannya dari 9 menjadi 30, yang berarti ada kemajuan klien dalam mengendalikan halusinasi setelah pelaksanaan terapi komplementer Yoga. Dan pada kelompok Terapi Aktivitas Kelompok menunjukkan nilai P sebesar 0,000 ($< 0,05$), dimana variabel pretest memiliki nilai minimum 7, maksimum 14 dan median 8. Sedangkan variabel posttest memiliki nilai minimum 12, maksimum 23 dan median 19 ini berarti terdapat perbedaan kemampuan mengendalikan halusinasi pada saat pretest dan posttest. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok yang diberikan terapi farmakologis dan terapi komplementer memiliki tingkat kesembuhan yang jauh lebih tinggi daripada kelompok responden yang hanya menerima terapi farmakologis.

Guided Self-help berbasis CBTp (CBTp-GSH)

Penelitian *Cognitive Behavior Therapy for psychosis based Guided Self-help (CBTp-GSH) delivered by frontline mental health professionals: Results of a feasibility study* yang dilakukan oleh (Naeem, et al., 2016) dengan jenis penelitian *Randomized controlled trial*, bertujuan untuk mengetahui kelayakan

Guided Self- help berbasis CBTp (CBTp-GSH) dibandingkan dengan Treatment As Usual (TAU). Hasil sekunder berupa pengurangan gejala skizofrenia menggunakan Positive and Negative Symptom Scale (PANSS) & Disability (WHO DAS 2.0). Sampel penelitian ini adalah seseorang dengan skizofrenia atau gangguan terkait (n=33) yang terdiri dari 48% perempuan, 88% kulit putih, 6% Afrika, dan 6% individu dari etnis lain. Individu yang memenuhi kriteria inklusi secara acak ditugaskan ke CBTp-GSH plus Treatment As Usual (N = 18) atau Treatment As Usual (TAU) (N = 15) saja. CBTp-GSH ini terdiri dari total 17 handout dan delapan lembar kerja, yang dapat diberikan secara fleksibel oleh ahli kesehatan dalam 12–16 sesi. Hasil studi kelayakan ini menunjukkan bahwa Guided Self-help berbasis CBTp layak dan dapat diterima oleh peserta, serta dapat meningkatkan psikopatologi dan tingkat kecacatan (Naeem, et al., 2016).

PEMBAHASAN

Terapi Okupasi

Pemberian terapi okupasi dapat menurunkan gejala halusinasi pendengaran. Hal tersebut terjadi karena terapi okupasi dapat meminimalkan interaksi pasien dengan dunianya sendiri, melepaskan pikiran, perasaan atau emosi yang mempengaruhi perilaku yang tidak disadari pasien, dan sebagai sarana hiburan serta dapat menjadi pengalih fokus pasien dari halusinasinya (Sari & et

al, 2019). Hasil dari penelitian ini sesuai dengan pernyataan (Wijayanti, Candra, & Ruspawan, 2010) bahwa terapi okupasi berpengaruh terhadap perubahan gejala halusinasi pendengaran karena dalam prosesnya ada rangsangan atau stimulus terhadap pasien melalui aktivitas yang disukainya dan kegiatan diskusi setelah pelaksanaan aktivitas, sehingga dapat mengalihkan halusinasi pasien (Wijayanti, Candra, & Ruspawan, 2010).

Terapi Musik Klasik

Terapi musik klasik terbukti berhasil menurunkan tanda dan gejala halusinasi. Penelitian yang dilakukan oleh (Try & Agustina, 2017) menunjukkan bahwa terapi musik klasik memiliki efektivitas dalam penurunan tanda dan gejala halusinasi pendengaran pada pasien halusinasi pendengaran di RS Jiwa dr. Soeharto Heerdjan Jakarta. Setelah dilakukan terapi musik klasik, terdapat penurunan tanda dan gejala halusinasi pada 27 responden dari 30 responden yang mengalami halusinasi pendengaran (Try & Agustina, 2017). Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Damayanti, Jumaini, & Utami, 2014), yang mengatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan setelah dilakukan intervensi terapi musik klasik pada pasien halusinasi dengar di kelompok eksperimen terhadap penurunan tingkat halusinasi (Damayanti, Jumaini, & Utami, 2014). Beberapa musik klasik dianggap memiliki dampak

psikofisik yang menimbulkan kesan rileks, santai, cenderung membuat detak nadi bersifat konstan, memberi dampak menenangkan, dan menurunkan stress (Try & Agustina, 2017).

Terapi AVATAR

Terapi AVATAR dinilai lebih efektif daripada konseling suportif dalam menurunkan keparahan halusinasi pendengaran. Penelitian yang dilakukan oleh (Craig, et al., 2018) menunjukkan bahwa setelah 12 minggu dilakukan intervensi, terdapat penurunan pada total skor *Psychotic Symptom Rating Scales, auditory hallucinations subscale* (PSYRATS-AH) dengan perubahan lebih besar terlihat setelah dilakukan terapi AVATAR daripada intervensi konseling suportif (Craig, et al., 2018). Penelitian mengenai pengaruh terapi AVATAR terhadap penurunan halusinasi baru dilakukan pertama kali sehingga tidak ada penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan terapi AVATAR.

Dalam melakukan terapi AVATAR, diperlukan dokter berpengalaman yang ahli dalam terapi psikologis. Hal yang pertama dilakukan dalam terapi AVATAR yaitu melakukan komputerasi sumber halusinasi pendengaran dari tiap klien ke dalam bentuk avatar. Kemudian dilakukan sesi tatap muka bersama dengan avatar dimana terapis berada dalam ruang kedua pada panel kontrol yang mengatur avatar tersebut sehingga seolah-olah klien sedang

berdialog dengan suara yang klien dengar. Durasi setiap sesi dilakukan dalam 50 menit selama 12 minggu. Meskipun begitu, diperlukan studi multi-pusat dalam menetapkan efektivitas terapi AVATAR karena terapi AVATAR merupakan terapi baru yang perlu dilakukan banyak uji coba (Craig, et al., 2018).

Terapi Aktivitas Kelompok dengan Stimulasi Persepsi

Terapi aktivitas kelompok memiliki beberapa tujuan, antara lain meningkatkan kemampuan pasien dalam menghadapi realita, meningkatkan fokus, meningkatkan intelektual, dan meningkatkan kemampuan klien untuk berpendapat dan menerima pendapat orang lain serta meningkatkan kemampuan klien dalam mengontrol halusinasi dalam kelompok secara bertahap (Sepalanita & Khairani, 2019). Dalam penelitian ini didapatkan hasil uji *paired t- test* bahwa hasil uji rerata variabel kemampuan mengontrol halusinasi menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan $p = 0,000$ ($p < 0.05$) yang artinya ada perbedaan kemampuan mengontrol halusinasi sebelum dan setelah pemberian TAK (Sepalanita & Khairani, 2019). Perbedaan kemampuan mengontrol halusinasi sebelum dan setelah pemberian TAK berkesinambungan dengan peningkatan pengetahuan yang dapat dilihat dari hasil *pretest* dan *posttest* dengan selisih rerata nilai sebelum sesudah perlakuan 7,77

dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) (Sepalanita & Khairani, 2019). Hal ini berarti apabila seseorang mengalami peningkatan pengetahuan maka akan berdampak pada peningkatan kemampuan untuk mengontrol halusinasinya (Sepalanita & Khairani, 2019). Keberhasilan terapi ini tergantung dari peran penting perawat sebagai pemimpin, fasilitator, dan motivator (Sepalanita & Khairani, 2019).

Terapi Komplementer Yoga Dan Terapi Modalitas Aktivitas Kelompok

Intervensi terapi komplementer Yoga dan terapi modalitas aktivitas kelompok terbukti memiliki pengaruh terhadap peningkatan kemampuan pasien halusinasi pendengaran dalam mengendalikan gejala halusinasi yang dialami. Seperti yang dikatakan oleh Sengupta (2012) dalam (Yulinda, Purwaningsih, & Sudarta, 2017) bahwa yoga akan membuat tubuh rileks sehingga terciptanya suasana relaksasi alam sadar yang secara sistematis menuntun pada keadaan rileks yang mendalam. Suasana rileks tersebut dapat menghilangkan suara-suara dalam pikiran sehingga ketegangan otot pada tubuh dapat menurun (Yulinda, Purwaningsih, & Sudarta, 2017). Begitu pula dengan terapi modalitas aktivitas kelompok yang juga memiliki pengaruh signifikan terhadap meningkatnya kemampuan pasien dalam mengendalikan halusinasinya. Hal tersebut karena terapi modalitas aktivitas

dapat menjadi wadah bagi pasien dengan halusinasi pendengaran untuk bersosialisasi dan mengekspresikan perasaan dengan cara bermain (Tokalese & Nasrul, 2016). Kedua terapi komplementer ini dapat digunakan sebagai pendukung terapi medis agar dapat meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan pasien dengan maksimal, tetapi bukan untuk menggantikan terapi medis itu sendiri. Pemberian terapi komplementer dapat dilakukan untuk meningkatkan kesehatan, mencegah penyakit, meminimalkan efek samping, dan atau mengontrol gejala dari suatu penyakit (Indirawaty, Rahman, & Khaerunnisa, 2018).

Guided Self-help berbasis CBTp (CBTp-GSH)

Penemuan awal peneliti ada tiga:

(1) Bantuan mandiri yang dipandu adalah intervensi yang layak untuk orang dengan psikosis; (2) Kognitif Terapi Behavior untuk psikosis (CBTp) dapat diberikan secara mandiri format bantuan, dan (3) tampaknya menjanjikan dalam mengurangi psikopatologi dan kecacatan. CBTp tatap muka tradisional telah terbukti efektif untuk mereka dengan psikosis. Dan antara *self-help* dan *self-help* yang dipandu memiliki perbedaan yaitu ketersediaan fasilitator untuk kontak tatap muka. Semakin banyak pendekatan melalui internet atau telepon seluler akan semakin banyak membutuhkan otonomi dan motivasi yang lebih dari pasien itu

sendiri. Dan hal tersebut dapat mempengaruhi

respon dari klien seperti jika menggunakan terapi tatap muka ada beberapa faktor yang akan membuat terapi tatap muka kurang praktis dibanding terapi *self-help-therapy* yaitu biaya terapi, kesulitan transportasi dan masalah perawatan anak, berkurangnya tatap muka juga dapat dikaitkan dengan rasa takut yang berkurang akan ketidaksetujuan dan stigma dan rasa otonomi yang lebih besar.

Namun, terdapat sejumlah hambatan dan hal yang perlu dipertimbangkan dalam intervensi ini yaitu pengetahuan pasien tentang kesehatan mental umum dan psikosis khususnya, persepsi pengguna terapi ini tentang penggunaan layanan atau perawatan yang lebih berkurang sehingga tidak dapat mengatasi masalah yang kompleks, kekurangan wawasan, beban kerja yang berat juga tekanan waktu dan kebutuhan khusus dari pemberi intervensi juga dapat menjadi hambatan dalam intervensi ini (Naeem, et al., 2016).

SIMPULAN

Halusinasi merupakan salah satu gejala positif pada pasien skizofrenia yang menimbulkan respon neurologis maladaptif. Respon maladaptif pada pasien halusinasi ditunjukkan dengan beberapa gejala yang dapat berdampak buruk bagi pasien maupun bagi orang lain. Jika halusinasi tidak segera diberikan

terapi atau penanganan akan menimbulkan masalah- masalah yang lebih buruk, dengan demikian berdasarkan hasil pencarian literature, maka dapat disimpulkan bahwa intervensi yang dapat diberikan untuk menangani halusinasi pada klien dewasa diantaranya terapi okupasi yang menurunkan gejala dengan mengalihkan halusinasi pasien; terapi musik klasik yang dapat menurunkan tanda gejala halusinasi pendengaran serta mampu menimbulkan kesan rileks, santai, cenderung membuat detak nadi bersifat konstan, memberi dampak menenangkan, dan menurunkan stress; Guided Self-help berbasis CBTp (CBTp-GSH) yang dilakukan melalui tatap muka efektif dalam mengurangi psikopatologi dan kecacatan, terapi AVATAR dan terapi modalitas aktivitas kelompok yang digabung dengan intervensi yoga terbukti dapat menurunkan keparahan halusinasi pendengaran dan meningkatkan kemampuan pasien untuk mengendalikan gejala halusinasi yang dialami.

SARAN

Saran untuk peneliti sekaligus pembaca baik yang akan ataupun telah melakukan penelitian adalah dengan menambah total sampel dalam penelitian agar dapat mewakili seluruh keadaan individu yang mengalami halusinasi. Intervensi yang diberikan sebaiknya telah diujicobakan kepada banyak penelitian dengan sampel yang mumpuni sehingga bisa dipertanggungjawabkan

keefektifannya dalam mengurangi gejala halusinasi. Selain itu untuk peneliti dapat mempertimbangkan kembali fokus populasi dari artikel yang akan di review, sehingga populasi pada review artikel dapat lebih homogen.

DAFTAR PUSTAKA

- Craig, T. K., Rus-Calafell, M., Ward, T., Leff, J. P., Huckvale, M., Howarth, E., . . . Garety, P. A. (2018). AVATAR therapy for auditory verbal hallucinations in people with psychosis: a single-blind, randomised controlled trial. *The Lancet Psychiatry*, *1*(5), 31-40.
doi:[https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(17\)30427-3](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(17)30427-3)
- Damayanti, R., Jumaini, & Utami, S. (2014). Efektifitas Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Halusinasi Pada Pasien Halusinasi Dengar Di RSJ Tampan Provinsi Riau. *Jom Psik*, *2*(1), 1-9.
- Elvira, S. D. (2013). *Buku Ajar Psikiatri* (3rd ed.). (G. Hadisukanto, Ed.) Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Indirawaty, Rahman, B. S., & Khaerunnisa. (2018). Studi Komparasi Terapi Komplementer Yoga dan Terapi Modalitas Aktivitas Kelompok terhadap Kemampuan Mengendalikan Halusinasi Pendengaran di Rumah Sakit Khusus Provinsi Sulawesi Selatan. *The Indonesian Journal of Helath Science, Khusus (September)*, 28-34.
- Maulana, I. S., Sriati, A., Sutini, T., Widiyanti, E., Rafiah, I., Hidayati, N. O., . . . Senjaya, S. (2019). Penyuluhan Kesehatan Jiwa untuk Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat tentang Masalah Kesehatan Jiwa di Lingkungan Sekitarnya. *MEDIA Karya Kesehatan*, *2*(2), 218-225.
doi:<https://doi.org/10.24198/mkk.v2i2.22175>
- Naeem, F., Johal, R., McKenna, C., Rathod, S., Ayub, M., Lecomte, T., . . . Farooq, S. (2016). Cognitive Behavior Therapy for psychosis based Guided Self-help (CBTp-GSH) delivered by frontline mental health professionals: Results of a feasibility study. *Schizophrenia Research*, 69-74.
doi:<https://doi.org/10.1016/j.schres.2016.03.003>
- Sadock, V. A., & Kaplan, B. J. (2010). *Kaplan & sadock's synopsis of psychiatry: behavioral sciences/clinical psychiatry* (10th ed.). Williams & Wilkins Co.
- Sari, N. Y., & et al. (2019). Pengaruh Terapi Okupasi Terhadap Gejala Halusinasi. *Jurnal Kesehatan*, *1*(VII), 33-40. Retrieved from

- <http://ejournal.pancabhakti.ac.id/index.php/jkpbl/article/view/58/50>
- Sepalanita, W., & Khairani, W. (2019). Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok dengan Stimulasi Persepsi terhadap Kemampuan Mengontrol Halusinasi pada Pasien Skizofrenia. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 2(19), 426. doi:<https://doi.org/10.33087/jiubj.v19i2.690>
- Shawyer, F., Mackinnon, A., Farhall, J., Sims, E., Blaney, S., Yardley, P., . . . Coplov, D. (2008). Acting on harmful command hallucinations in psychotic disorders: an integrative approach. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 5(196), 390-398. doi:<https://doi.org/10.1097/NMD.0b013e318171093b>
- Stuart, G. W., & Keliat, B. A. (2016). *Prinsip Dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart* (10th ed.). (J. Pasaribu, Ed.) Singapore: Elsevier.
- Stuart, G. W., & Michele, T. L. (2005). *Principles & Practice of Psychiatric Nursing* (8th ed.). Amerika: Elsevier Mosby.
- Suryani. (2013). Pengalaman Penderita Skizofrenia tentang Proses Terjadinya Halusinasi. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, *nl(v1)*, 1-9. doi:<https://doi.org/10.24198/jkp.v1nl.1>
- Tokalese, J. F., & Nasrul, A. (2016). Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok. *Jurnal Kesehatan Prima*, 2(1), 1717-1725. Retrieved from <http://poltekkes-mataram.ac.id/jurnal/jurnal-agustus-2016/>
- Try, W., & Agustina, M. (2017). Efektivitas Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tanda dan Gejala pada Pasien Halusinasi Pendengaran. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*, 1(7), 189-196.
- Wahyuni, S. E., Keliat, B. A., Yusron, Y., & Susanti, H. (2011). Penurunan Halusinasi Pada Klien Jiwa Melalui Cognitive Behavior Therapy. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 3(14), 185-192.
- WHO. (2019, October 4). *Schizophrenia*. Retrieved from World Health Organization: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/schizophrenia>
- Wijayanti, N. M., Candra, I. W., & Ruspawan, I. (2010). Terapi okupasi aktivitas waktu luang terhadap perubahan gejala halusinasi pendengaran pada pasien Skizofrenia. *Jurnal Gema Keperawatan*, 7(1), 1-7. Retrieved from <https://www.poltekkes->

- denpasar.ac.id/jurnal_category/jurnal-gema-keperawatan/
- Yulinda, Y., Purwaningsih, D., & Sudarta, C. M. (2017). Latihan Yoga Dapat Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Siklus Menstruasi Remaja Puteri. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 5(1), 20-26. Retrieved from [https://doi.org/10.21927/jnki.2017.5\(118-372\)](https://doi.org/10.21927/jnki.2017.5(118-372))
- Yusuf , A., FitryasariR, Nursalam, N., & Iskandar, I. (2007). Terapi Aktifitas Kelompok (Tak): Stimulasi Persepsi Modifikasi Sebagai Alternatif Pengendalian Halusinasi Dengar Pada Klien Skizofrenia. *Jurnal Ners*, 1(2), 118-372.
- Zahnia, S., & Wulan, S. D. (2016). Kajian Epidemiologis Skizofrenia. *Majority*, 5(5), 160-166. Retrieved from <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/904/812>