



---

**PENERAPAN TERAPI OKUPASI AKTIVITAS WAKTU LUANG TERHADAP PERUBAHAN HALUSINASI PADA PASIEN HALUSINASI PENDENGARAN**

**Anggita Rika Damayanti\***, Pritta Yunitasari, Endang Tri Sulistyowati, Novica Ariyanti Putri  
DIII Program DIII Keperawatan, Politeknik Kesehatan Karya Husada Yogyakarta, Jl. Tentara Rakyat Mataram  
No.11B, Bumijo, Jetis, Yogyakarta 55231, Indonesia  
[\\*anggitarika27@gmail.com](mailto:anggitarika27@gmail.com)

**ABSTRAK**

Halusinasi merupakan salah satu gejala gangguan jiwa pada pasien merasakan stimulus yang sebenarnya tidak ada, ditandai dengan perubahan persepsi sensori yaitu merasakan sensasi palsu berupa pendengaran, penglihatan, pengecap, perabaan atau penghidung. Angka kejadian halusinasi di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta pada tahun 2022 didapatkan sebanyak 118 pasien dengan halusinasi. Mengimplementasikan penerapan terapi okupasi aktivitas waktu luang untuk menurunkan tanda dan gejala pada halusinasi pendengaran. Studi kasus ini menggunakan metode deskriptif. Pengambilan data dilaksanakan tanggal 13-18 Maret 2023. Metode pengumpulan data pada studi kasus ini yaitu wawancara dan observasi. Instrument yang digunakan Standar Operasional Prosedur (SOP) terapi okupasi aktivitas waktu luang (membersihkan tempat tidur) Penerapan terapi okupasi aktivitas waktu luang selama 3 hari berturut-turut mampu menurunkan skor tanda dan gejala halusinasi dari 9 menjadi 3 dan penilaian skor AHRS 29 menjadi 12. Terapi okupasi aktivitas waktu luang dapat menurunkan tanda dan gejala pada pasien halusinasi pendengaran.

Kata kunci: halusinasi; pendengaran; terapi okupasi

***APPLICATION OF OCCUPATIONAL THERAPY ON FREE TIME ACTIVITIES ON CHANGES IN HALLUCINATIONS IN PATIENTS WITH HEARING HALLUCINATIONS***

**ABSTRACT**

*Hallucinations are one of the symptoms of mental disorders in patients who feel a stimulus that is not actually there, characterized by changes in sensory perception, namely feeling false sensations in the form of hearing, sight, taste, touch or nose. The incidence of hallucinations at the Grhasia Mental Hospital Yogyakarta in 2022 found 118 patients with hallucinations. Implement the application of occupational therapy leisure activities to reduce signs and symptoms of auditory hallucinations. This case study uses a descriptive method. Data collection was carried out March 13-18 2023. The data collection methods in this case study were interviews and observation. The instrument used was the Standard Operating Procedure (SOP) for occupational therapy for free time activities (cleaning the bed) The application of occupational therapy for free time activities for 3 consecutive days was able to reduce the score for signs and symptoms of hallucinations from 9 to 3 and the AHRS score to 29 to 12. Occupational therapy leisure activities can reduce signs and symptoms in patients with auditory hallucinations.*

Keywords: *auditory hallucinations; occupational therapy leisure activities*

**PENDAHULUAN**

Gangguan jiwa adalah keadaan seseorang telah menunjukkan perubahan pikiran, perilaku, dan perasaan berupa gejala atau perubahan perilaku yang signifikan yang dapat menyebabkan penderitaan dan hambatan untuk melakukan aktivitas sebagai manusia pada umumnya (Fatimah & Yusrini Sukaesti, 2021). Salah satu bentuk dari gangguan jiwa yaitu skizofrenia. Pada skizofrenia terdapat 2 gejala yang yaitu negatif dan positif. Gejala negatif yaitu menarik

diri, sedangkan gejala positif yaitu halusinasi. Dari gejala tersebut, halusinasi merupakan salah satu gejala utama psikosis skizofrenia. Halusinasi merupakan salah satu gejala gangguan jiwa pada pasien merasakan stimulus yang sebenarnya tidak ada, ditandai dengan perubahan persepsi sensori yaitu merasakan sensasi palsu berupa pendengaran, penglihatan, pengecapan, perabaan atau penghidungan (Utami, 2020).

Halusinasi adalah suatu bentuk dampak dari gangguan persepsi dan gangguan orientasi realita yang ditandai dengan seseorang memberikan tanggapan atau penilaian tanpa adanya stimulus yang diterima oleh panca indera (Pratiwi & Rahmawati Arni, 2022) Berberapa jenis halusinasi yaitu halusinasi pendengaran, penglihatan, penciuman, pengecapan dan perabaan. Halusinasi pendengaran adalah Gangguan stimulus dimana pasien mendengar suara orang yang sedang membicarakan apa yang sedang dipikirkannya dan memerintahkan untuk melakukan sesuatu (Nurfiana, 2022). Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2022 terdapat 300 juta orang di seluruh dunia mengalami gangguan jiwa seperti depresi, bipolar, demensia, termasuk 24 juta orang yang mengalami skizofrenia.

Berdasarkan hasil Riskesdas pada tahun 2018, menunjukkan bahwa gangguan jiwa berat seperti skizofrenia pada tahun 2018 mencapai 7,0 per 1000 penduduk di Indonesia. Angka prevalensi ini jauh meningkat dari hasil riskesdas sebelumnya pada tahun 2013 yang hanya mencapai 1,7 per 1000 penduduk (Kemenkes RI, 2018) Berdasarkan hasil Riskesdas pada tahun 2018, data terbaru menunjukkan peningkatan terhadap prevalensi gangguan jiwa berat yaitu prevalensi gangguan jiwa berat tertinggi berada di Bali dengan angka mencapai 11,1% dan disusul oleh Yogyakarta dengan angka 10,4%. Prevalensi gangguan jiwa berat nasional adalah menjadi 6,7 per mil (Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan data dari Rumah Sakit jiwa (RSJ) Grhasia Yogyakarta jumlah pasien yang mengalami halusinasi berjumlah 118 pada tahun 2022. Tujuan penelitian ini Mengimplementasikan penerapan terapi okupasi aktivitas waktu luang untuk menurunkan tanda dan gejala pada halusinasi pendengaran.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui keadaan pasien secara objektif dan juga menganalisis dengan lebih mendalam mulai dari pengamatan, pengumpulan data, analisis informasi dan pelaporan studi kasus. Metode ini mengimplementasikan bagaimana penerapan terapi okupasi aktivitas waktu luang terhadap perubahan halusinasi pada pasien halusinasi pendengaran. Instrumen yang digunakan pada penelitian studi kasus ini adalah Standar Operasional Prosedur (SOP) terapi okupasi aktivitas waktu luang, penilaian AHRS (Auditory Hallucination Rating Scale) dan lembar observasi tanda dan gejala objektif yang disusun peneliti berdasarkan artikel buku, maupun sumber lain yang ditemukan. Peneliti ini menggunakan 1 responden, enerapan terapi okupasi aktivitas waktu luang pada pasien halusinasi pendengaran yang dilakukan setiap hari selama 45 menit-2 jam, dilakukan selama 3 hari (Lestari, 2022). Penyajian data pada penelitian ini menggunakan naratif dan grafik dengan mengumpulkan data perubahan halusinasi pasien sebelum dan sesudah dilakukan tindakan, kemudian dibandingkan dan hasilnya dimasukkan ke dalam data.

## **HASIL**

Penelitian ini dilaksanakan di Rumah Sakit Jiwa Grhasia terletak di Jalan Kaliurang Km.17 Pakem, Sleman, Yogyakarta di bangsal Sembodro dengan responden Ny. W berusia 50 tahun dengan halusinasi (F 20.3). Pasien mengatakan pernah mengalami gangguan jiwa di masa lalu sekitar 5 tahun yang lalu, pasien berhenti melakukan pengobatan karena merasa tidak ada masalah pada dirinya. Kondisi Ny. W saat ini mengatakan mendengar suara-suara yang tidak

ada wujudnya. Pasien bersikap seperti mendengarkan sesuatu, pasien tampak menyendiri dan melamun. Saat mendengar suara pasien merasa takut karena suara sangat mengganggu pasien. Pasien tidak tahu suara itu berasal dari mana dan tidak ada wujudnya. Pemeriksaan tanda-tanda vital didapatkan hasil tekanan darah: 124/83 mmHg, suhu: 36,3°C, frekuensi nadi: 109x/menit, frekuensi nafas: 20x/menit.

Tabel 1.  
Penilaian Skala Halusinasi Pendengaran dengan AHRS (Auditory Hallucination Rating Scale)  
Sebelum dan Sesudah dilakukan Tindakan

Identifikasi halusinasi	(16/03/2023)	(18/03/2023)
Frekuensi	2	2
Durasi	3	1
Lokasi	2	1
Kekuatan suara	3	2
Keyakinan asal suara	1	1
Jumlah isi suara negatif	3	1
Intensitas suara negatif	4	1
Jumlah suara yang menekan	3	1
Intensitas suara yang menekan	3	1
Gangguan akibat suara	3	1
Kontrol terhadap suara	2	0

## PEMBAHASAN

Pada hari kedua sebelum dilakukan terapi okupasi aktivitas waktu luang (membersihkan tempat tidur) menunjukkan hasil bahwa pasien terdapat 7 jumlah skor dari 11 mendengarkan suara bisikan, merasakan sesuatu melalui mendengar bisikan, menyatakan kesal, distorsi sensori, respon tidak sesuai, bersikap seolah mendengar suara, disorientasi waktu, tempat, orang dan situasi, curiga, melihat ke arah tertentu, mondar-mandir, bicara sendiri. Dari hasil pengkajian dan observasi hari pertama menggunakan lembar penilaian AHRS (Auditory Hallucination Rating Scale) klien mendapatkan skor 29 dan lembar observasi jumlah tanda dan gejala halusinasi pendengaran sebelum diberikan terapi okupasi aktivitas waktu luang (membersihkan tempat tidur) yaitu berjumlah 9 jumlah skor 11 tanda dan gejala pada lembar observasi yang ada dengan presentase yaitu 81,81%. Pada tahap kerja pasien melakukan membersihkan tempat tidur dan memilih ketika teman sekamarnya tidak berada di dalam ruangan.

Kemudian melakukan pengkajian kembali tanda dan gejala halusinasi Ny. W dengan menunjukkan hasil bahwa terdapat penurunan dengan jumlah 1 skor dari 9 jumlah skor sebelum dilakukan terapi okupasi aktivitas waktu luang dengan presentase 72,72%, sehingga hasil dari pemberian terapi okupasi aktivitas waktu luang pada pasien halusinasi pendengaran di hari tanda dan gejala pada lembar observasi yang ada dengan presentase 63,63%. Pada tahap kerja pasien memilih melakukan aktivitas waktu luang dengan mengganti sarung bantal, guling, dan spreng tempat tidurnya, dan memilih saat keadaan di sekitarnya tenang agar tidak terganggu. Kemudian melakukan pengkajian kembali tanda dan gejala halusinasi pada Ny. W dengan menunjukkan hasil bahwa terdapat penurunan 1 skor dari 7 jumlah skor sebelum dilakukan terapi okupasi aktivitas waktu luang dengan presentase 54,54%, sehingga hasil dari pemberian terapi okupasi aktivitas waktu luang pada pasien halusinasi pendengaran di hari ke dua mengalami penurunan 9,09%.

Pada hari ketiga sebelum dilakukan terapi okupasi aktivitas waktu luang tanda dan gejala pada Ny. W sebelum dilakukan terapi okupasi aktivitas waktu luang menunjukkan hasil bahwa pasien terdapat 5 jumlah skor dari 11 tanda dan gejala pada lembar observasi yang ada dengan presentase 45,45%. Pada tahap kerja pasien memilih kegiatan untuk membersihkan tempat tidur dengan merapikan sarung bantal dan guling, spre, dan selimut ketika suasana di sekitar kamarnya tenang. Kemudian melakukan pengkajian kembali tanda dan gejala halusinasi pada Ny. W dengan hasil terdapat penurunan dengan 2 skor dari 5 jumlah skor sebelum dilakukan terapi okupasi aktivitas waktu luang dengan presentase 27,27%, sehingga hasil dari pemberian terapi okupasi aktivitas waktu luang pada pasien halusinasi pendengaran di hari ke tiga mengalami penurunan 18,18%. Dan setelah dilakukan penerapan terapi okupasi aktivitas waktu luang pada hari ketiga klien mendapatkan skor 12 pada penilaian AHRS (Auditory Hallucination Rating Scale).

Hasil dari terapi okupasi aktivitas waktu luang dari hari pertama sampai ketiga terjadi penurunan tanda dan gejala halusinasi pendengaran dengan terapi okupasi aktivitas waktu luang. Intervensi terapi okupasi aktivitas waktu luang terutama membersihkan tempat tidur efektif untuk menurunkan tanda dan gejala halusinasi pendengaran. Hal ini menunjukkan semakin sering frekuensi dan semakin lama kegiatan terapi okupasi aktivitas waktu luang yang diberikan, maka tingkat halusinasi pasien semakin menurun. Tanda dan gejala pada Ny. W pada hari pertama sebelum dilakukan terapi aktivitas waktu luang menunjukkan hasil bahwa pasien terdapat 9 jumlah skor dari 11 tanda dan gejala halusinasi pada lembar observasi yang ada dengan presentase 81,81%. Pada tahap kerja pasien melakukan membersihkan tempat tidur dan memilih ketika teman sekamarnya tidak berada di dalam ruangan.

Kemudian melakukan pengkajian kembali tanda dan gejala halusinasi pada Ny. W dengan menunjukkan hasil akhir bahwa terdapat penurunan dengan jumlah 6 skor dari 9 jumlah skor pada hari pertama sebelum dilakukan terapi okupasi aktivitas waktu luang dengan presentase 18,18% sehingga hasil dari pemberian terapi okupasi aktivitas waktu luang pada pasien halusinasi pendengaran di hari pertama hingga hari ke tiga mengalami penurunan dengan selisih 56,56%. Hal ini menunjukkan semakin sering frekuensi dan semakin lama durasi terapi okupasi aktivitas waktu luang yang diberikan, maka tingkat halusinasi pasien semakin menurun. Dalam penelitian ini dengan menggunakan terapi okupasi aktivitas waktu luang membersihkan tempat tidur sebagai terapi diketahui dapat meningkatkan dan memperbaiki kondisi fisik, emosi, kognitif dan sosial akan membantu mengurangi penurunan dari tanda dan gejala halusinasi pendengaran responden.

## **SIMPULAN**

Penerapan terapi okupasi aktivitas waktu luang terhadap pasien halusinasi pendengaran di bangsal sembrodo Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta menunjukkan bahwa terapi okupasi aktivitas waktu luang yang diberikan selama 3 hari dengan frekuensi 2 kali sehari dapat membantu menurunkan tanda dan gejala halusinasi pada pasien halusinasi pendengaran. Diharapkan dapat menjadi sumber referensi tentang pengobatan non farmakologi dan mudah dilakukan dalam menurunkan tanda dan gejala halusinasi pada penderita halusinasi pendengaran.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Anggaeni, T. (2020). Asuhan Keperawatan Jiwa Pada An S dengan Gangguan Persepsi Sensori Halusinasi Pendengaran.

- Direja, A. H. S. (2011). Buku ajar asuhan keperawatan jiwa.
- Dyah, W., Widyo, S., & Mukhadiono. (2023). Pelatihan life skill dengan terapi okupasi untuk meningkatkan kemandirian ODGJ di masyarakat. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(9), 6199–6206.
- Fatihah, A. N., & Yusrini Sukaesti, D. (2021). *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*. 1.
- Hapsari, N. S. (2019). Pengaruh Afirmasi Positif Terhadap Tingkat Halusinasi Pada Pasien Skizofrenia Di RSJ Prof. Dr. Soeroyo Magelang.
- Hidayat, J., Murtiani, & Dahrianis. (2021). Pengaruh Terapi Okupasi Aktivitas Waktu Luang Terhadap Perubahan Gejala Halusinasi pada Pasien Gangguan Jiwa di Rumah Sakit Khusus Daerah Provinsi Sulawesi Selatan.
- Indrayani, N. W. K. (2022). Gambaran Gangguan Persepsi Sensori (Halusinasi Pendengaran) Pada Pasien Skizofrenia Di UPTD RSJ Dinkes Provinsi Bali. <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/>
- Irma Erviana, G. H. (2018). Aplikasi Asuhan Keperawatan Generalis dan Psikoreligius Pada Klien Gangguan Persepsi Sensori Halusinasi Pendengaran dan Penglihatan. <https://ejournal.itekes-bali.ac.id/jrkn/article/>
- Kemendes RI. (2014). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 76 Tahun 2014 Tentang Standar Pelayanan Terapi Okupasi. 1–13. <http://hukor.kemkes.go.id/>
- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementerian Kesehatan RI, 53(9), 1689–1699. <https://kesmas.kemkes.go.id/>
- Lestari, A. (2022). Penerapan Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Tn. C Dengan Gangguan Persepsi Sensori: Halusinasi di Ruang Bukit Barisan.
- Muhith A. (2015). Pendidikan Keperawatan Jiwa (teori dan aplikasi).
- Ns.Erita, S.Kep., M. K., Ns.Sri Hununwidiastuti, M.Kep., S. J., & Ns.Hasian Leniwita, S.Kep., M. K. (2019). Buku Materi Pembelajaran Keperawatan Jiwa. <http://repository.uki.ac.id/2703/1/BMPKEPERAWATANJIWA.pdf>
- Nurfiana, I. (2022). Upaya mengontrol tanda dan gejala halusinasi dengan terapi psikoreligius dzikir terhadap pasien halusinasi pendengaran 1. 588–596.
- Nurhalimah. (2016). Keperawatan Jiwa.
- Pardede. (2021). Penerapan Strategi Pelaksanaan (SP) 1-4 Dengan Halusinasi Pada Penderita Skizofrenia.
- Prabowo, E. (2014). Konsep & Aplikasi Asuhan Keperawatan Jiwa. Nuha Medika.
- Pratiwi, A., & Rahmawati Arni. (2022). Studi Kasus Penerapan Terapi Dzikir Pada Pasien Gangguan Persepsi Sensori (Halusinasi Pendengaran) di Ruang Arjuna RSUD Banyumas. *Jurnal Ilmu Sosial*, 1(6), 315.

<https://www.bajangjournal.com/index.php/JISOS/article/view/2727>

Ridiansyah, A. N. A., Zarocha, G. A., Harianto, J. G. R., Rizhal, M., Ulinuha, M. H., Imron, M., Ramadhani, M. M. A., Yusuf, M., Nugroho, R. I., Geovandra,

R. A., Nikmah, S. F., Wulandari, S., Maimunah, S., Munawaroh, U., Putra, W.

T. K., Amanda, W. D., & Andaresta, Z. G. (2022). Pengaruh terapi okupasi pada pasien halusinasi pendengaran: evidence based nursing. <http://repository.stikesdrsoebandi.ac.id/id/>

Rif'ah Fauziah Mustopa, Asih Minarningtyas, A. N. (2021). Pengaruh terapi okupasi aktivitas waktu luang (menyapu, membersihkan tempat tidur, menanam tanaman dan menggambar) terhadap gejala halusinasi pendengaran. 40–49. <https://www.ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id>

Saptarani, N., Erawati, E., & Sugiarto, A. (2020). Studi Kasus Aktivitas Menggambar Dalam Mengontrol Gejala Halusinasi di RSJ Prof. Dr. Soerodjo Magelang. *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi*, 3(1). <https://ejournal.medistra.ac.id/>

Shella Oktaviani, Uswatun Hasanah, I. T. U. (2022). Penerapan Terapi Menghardik dan Mneggambar pada Pasien Halusinasi Pendengaran.

Utami, B. (2020). Penerapan Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Tn . A Dengan Gangguan Sensori Persepsi : Halusinasi. *Osf.io*, per mil, 1–36. <https://osf.io/54sv3/>

Wijayanti, N. M., Candra, I. W., & Ruspawan, I. D. M. (2010). Terapi okupasi aktivitas waktu luang terhadap perubahan gejala halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia.

Wijayanto, W. T., & Agustina, M. (2017). Efektivitas Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tanda dan Gejala pada Pasien Halusinasi Pendengaran. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*, 7(1), 189–196. <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/>

Yusuf, M. (2022). Pengaruh Terapi Okupasi pada Pasien Halusinasi Pendegaran: Evidence Based Nursing. <http://repository.stikesdrsoebandi.ac.id/>.