

Penerapan Terapi Okupasi Menggambar terhadap Penurunan Tanda dan Gejala Halusinasi

Rosalinda Panda¹, Dhian Ririn Lestari^{2*}

^{1,2}Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat, Jl. A. Yani Km. 36, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia, 70714

*Email korespondensi: dhianrl@ulm.ac.id

ABSTRAK

Salah satu gejala skizofrenia adalah halusinasi, dimana tanda gejala yang terlihat yaitu pasien merasakan sensasi palsu. Jika tidak ditangani dengan baik halusinasi dapat menimbulkan bahaya bagi dirinya dan lingkungan sekitar, oleh karena itu, halusinasi harus menjadi fokus perhatian kita bersama. Salah satu terapi non farmakologi yang dapat diberikan pada pasien halusinasi adalah terapi okupasi menggambar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui asuhan keperawatan pada pasien halusinasi dengan penerapan terapi okupasi menggambar terhadap penurunan tanda dan gejala halusinasi di desa awang bangkal barat. Metode yang digunakan ialah observasional deskriptif dengan desain penelitian studi kasus. Penelitian ini menunjukkan hasil setelah perlakuan intervensi selama 7 hari, tingkat halusinasi berkurang dari skor 34 (Halusinasi sangat berat) menjadi skor 21 (Halusinasi sedang) dan mengalami penurunan tanda gejala halusinasi dari 10 tanda gejala halusinasi menjadi 2. Dapat disimpulkan bahwa terapi okupasi menggambar efektif untuk menurunkan tanda dan gejala halusinasi.

Kata Kunci: Halusinasi, Menggambar, Terapi Okupasi

ABSTRACT

One of the symptoms of schizophrenia is hallucinations, where the visible symptom is that the patient feels false sensations. If not handled properly hallucinations can pose a danger to themselves and the surrounding environment, therefore, hallucinations should be the focus of our attention together. One of the non-pharmacological therapies that can be given to hallucination patients is occupational therapy drawing. This study aims to determine nursing care for hallucination patients with the application of occupational therapy drawing to reduce signs and symptoms of hallucinations in the village of awang bangkal barat. The method used is descriptive observational with case study research design. This study shows the results after treating the intervention for 7 days, the level of hallucinations was reduced from a score of 34 (very severe hallucinations) to a score of 21 (moderate hallucinations) and experienced a decrease in hallucination symptoms from 10 signs of hallucination symptoms to 2. It can be concluded that occupational therapy drawing is effective for reducing signs and symptoms of hallucinations.

Keywords: Drawing, Hallucinations, Occupational Therapy

Cite this as: Panda R dan Lestari DR. (2025). Penerapan Terapi Okupasi Menggambar terhadap Penurunan Tanda dan Gejala Halusinasi. Nerspedia; 7(2): 198-205.

PENDAHULUAN

Rencana Induk Penelitian Universitas Lambung Mangkurat (RIP ULM) dari tahun 2020 hingga 2024 berfungsi sebagai garis besar dan kebijakan untuk menjadikan Universitas Lambung Mangkurat sebagai pusat pengembangan lahan basah di Asia Pasifik pada tahun 2027, dengan fokus pada penyediaan sumber daya unggul dalam bidang unggulan lingkungan

lahan basah. Berdasarkan keanekaragaman disiplin ilmu yang dihasilkan oleh program studi, penelitian di lingkungan ULM difokuskan pada unggulan lingkungan lahan basah dan enam fokus bidang utama kali ini, Kemandirian, Ketahanan Pangan dan Kesehatan. Salah satu bidang unggulan dalam pengembangan keperawatan lahan basah adalah peningkatan mutu pelayanan kesehatan

dan kesehatan masyarakat. Perlunya peningkatan kesehatan jiwa merupakan salah satu upaya dalam mewujudkan hal diatas. Sasaran utama yang memerlukan peningkatan tersebut adalah masyarakat lingkungan lahan basah yang memiliki stres psikologis (1).

Gangguan jiwa telah menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius, karena meningkatnya jumlah penyakit dan gangguan jiwa juga termasuk penyakit kronis yang membutuhkan waktu lama untuk penyembuhannya (2). Perilaku yang tidak sesuai dengan perkembangan norma manusia disebut gangguan jiwa. Seringkali, orang dengan gangguan jiwa mengalami ketidaknyamanan dan kesulitan tidur (3).

Menurut data WHO tahun 2019, ada 264 juta orang yang menderita depresi, 50 juta orang menderita demensia, 45 juta orang menderita gangguan bipolar, dan 20 juta orang menderita skizofrenia di seluruh dunia. Salah satu dari lima belas penyebab kecacatan terbesar di seluruh dunia adalah skizofrenia. Hal ini disebabkan seseorang yang menderita skizofrenia memiliki tingkat resiko bunuh diri yang lebih besar (4).

Berdasarkan data dari puskesmas karang intan 2 pada bulan Juli-September tahun 2023 terdapat 5 orang warga awang bangkal barat yang mengalami gangguan kesehatan mental, 4 orang diantaranya dengan diagnosis skizofrenia dan 1 orang dengan diagnosis epilepsi. Berdasarkan hasil pengkajian di desa awang bangkal barat didapatkan 8 orang mengalami gangguan jiwa, 2 orang mengalami epilepsi, 1 orang mengalami waham nihilistik, 1 orang mengalami waham dikendalikan, 2 orang mengalami halusinasi pendengaran dan 2 orang mengalami halusinasi pengelihatan.

Salah satu tanda dan gejala yang ditunjukkan penderita skizofrenia ialah halusinasi (5). Terdapat lima macam halusinasi yakni halusinasi pengelihatan, pendengaran, penciuman, pengecap dan perabaan (6). Halusinasi merupakan sebuah keadaan yang ditandai dengan adanya perubahan pola dan jumlah stimulasi internal maupun eksternal, sehingga penderita mengalami kelainan dalam berespon terhadap stimulus (7).

Halusinasi yang muncul pada penderita skizofrenia dapat terlihat dari keluhan pasien seperti kerap mendengar suara bisikan, tertawa sendiri, berbicara kacau, dan lebih suka menyendiri (7). Halusinasi pendengaran menjadi salah satu jenis halusinasi yang paling banyak dialami, oleh sebab itu halusinasi harus menjadi fokus perhatian kita bersama. Apabila halusinasi tidak tertangani dengan tepat bisa memicu resiko bagi keselamatan pasien, oranglain dan lingkungan. Hal ini dikarenakan pada halusinasi pendengaran biasanya beisi cibiran, ancaman dan instruksi untuk mencederai diri sendiri dan orang lain (6).

Berdasarkan hasil pengkajian kepada Ny. N, keadaan klien saat ini dalam keadaan rapi dan bersih. Saat diajak berkomunikasi klien mau berbicara dan kooperatif, kontak mata tidak dapat dipertahankan, klien tampak gelisah, klien tampak berbicara sendiri, sering melamun, tampak curiga, bersikap seolah-olah mendengar sesuatu, dan melihat ke satu arah. Klien mengatakan mendengar suara marah-marah dan berkelahi. Keluarga klien mengatakan klien suka bicara dan tertawa sendiri, saat ditanya keluarga bicara dengan siapa klien mengatakan ada banyak suara di telinganya yang sedang marahmarah. Berdasarkan hasil pengkajian tingkat halusinasi menggunakan kuesioner AHRs

(*Auditory Hallucinations Rating Scale*) didapatkan skor 34 yaitu halusinasi sangat berat dan berdasarkan hasil observasi terdapat 10 tanda gejala halusinasi yang muncul pada pasien.

Terapi okupasi merupakan salah satu terapi non farmakologi yang dapat diterapkan pada pasien halusinasi. Adapun manfaat dari terapi okupasi yaitu untuk membantu seseorang yang memiliki masalah pada fisik ataupun mental dengan memperkenalkan individu terhadap lingkungan, sampai akhirnya individu tersebut mampu mencapai peningkatan, perbaikan, dan pemulihan kualitas hidup (5). Salah satu jenis terapi okupasi adalah meningkatkan kemampuan untuk melakukan aktivitas sehari-hari dan kegiatan motorik, seperti menggambar (8).

Terapi menggambar dapat memotivasi seseorang untuk mencurahkan, memahami emosi lewat ungkapan artistik, dan melalui proses kreatif sehingga terapi menggambar dapat memperbaiki fungsi kognitif, afektif dan psikomotorik (5). Terapi menggambar bebas dapat mengalihkan fokus perhatian pasien dari halusinasi yang diderita, karena pasien mampu menggambar dengan baik saat terapi dan menikmati aktivitas yang diberikan sehingga bisa terjadi penurunan tanda dan gejala halusinasi (10).

Terapi menggambar dapat memperbaiki konsentrasi, memori dan persepsi sosial. Gelombang alfa mengidentifikasi perasaan tenang dan kesadaran yang dimana gelombang alfa mulai dari 8-13 hertz. Semakin lambat gelombang otak, maka akan semakin rileks, damai dan puas perasaan kita. Adapun hormon yang berperan pada terapi menggambar yaitu hormon oksitosin, karena pasien yang mengalami halusinasi diharapkan akan mengalami gejala halusinasi yang

lebih sedikit ketika mereka melakukan kegiatan, aktivitas fisik dapat membantu meningkatkan hormon oksitosin (11).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas dan berdasarkan kasus yang didapatkan, maka peneliti tertarik untuk membahas masalah halusinasi dengan mengangkat judul Penerapan Terapi Okupasi Menggambar Terhadap Penurunan Tanda dan Gejala Halusinasi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode observasional deskriptif dengan desain penelitian studi kasus. Responden dalam penelitian ini sebanyak 1 orang dengan kriteria responden yaitu klien bersedia menjadi subjek dan klien dengan masalah keperawatan utama gangguan persepsi sensori: halusinasi pendengaran. Intervensi dilaksanakan di Desa Awang Bangkal Barat selama 7 hari dengan 1 kali pertemuan setiap harinya dan untuk waktu menggambar selama 10-15 menit. Penelitian ini dilakukan pada bulan November 2023.

Pada saat proses pengumpulan data, peneliti melakukan pengkajian terlebih dahulu kepada klien dan keluarga dengan membina hubungan saling percaya. Pengkajian dilakukan melalui observasi dan wawancara. Lembar observasi tanda gejala halusinasi yang diadopsi dari SDKI dan kuesioner AHRIS digunakan untuk mengukur dan memantau gejala dan tanda halusinasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Desa Awang Bangkal Barat merupakan lahan basah, desa ini terdapat kolam dan sungai. Lahan basah tidak hanya berfungsi sebagai penunjang kehidupan seperti sumber mata air dan tempat tinggal berbagai makhluk hidup, tetapi lahan basah juga berfungsi sebagai pengendali banjir, pencegahan penerobosan air laut, pencemaran, erosi,

serta pengendalian iklim. Apabila kawasan lahan basah tercemar akan sulit untuk dipulihkan dan membutuhkan waktu yang lama untuk memulihkannya (12).

Ekonomi lokal sering digerakkan oleh lahan basah, dengan menggunakan lahan basah dengan bijak sebagai sumber mata pencaharian masyarakat, kita dapat menekan laju penurunan daya dukung lahan basah. Tindakan manusia untuk menghilangkan lahan basah seperti menumpuk limbah padat, membuat jalan, pembangunan pasar, perumahan dan pabrik, melakukan penggalian dan pembuatan kanal, menambang gambut dan kerikil, pengalihan dan penyedotan air tanah, minyak, dan gas bumi dapat menjadi penyebab ketidakseimbangan ekosistem sehingga memicu terjadinya amblesan pada lahan (13).

Meningkatnya angka kemiskinan, penurunan kualitas pendidikan, dan penurunan kualitas hidup adalah beberapa masalah yang lebih besar yang dapat muncul sebagai akibat dari tindakan manusia di atas (13). Kesehatan fisik, kesehatan psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan adalah beberapa aspek kualitas hidup. Selain itu, ada enam komponen yang memengaruhi kualitas hidup seseorang: tingkat pendidikan, ekonomi, usia, jenis kelamin, pekerjaan, status pernikahan, kesehatan fisik, dan dukungan keluarga (14).

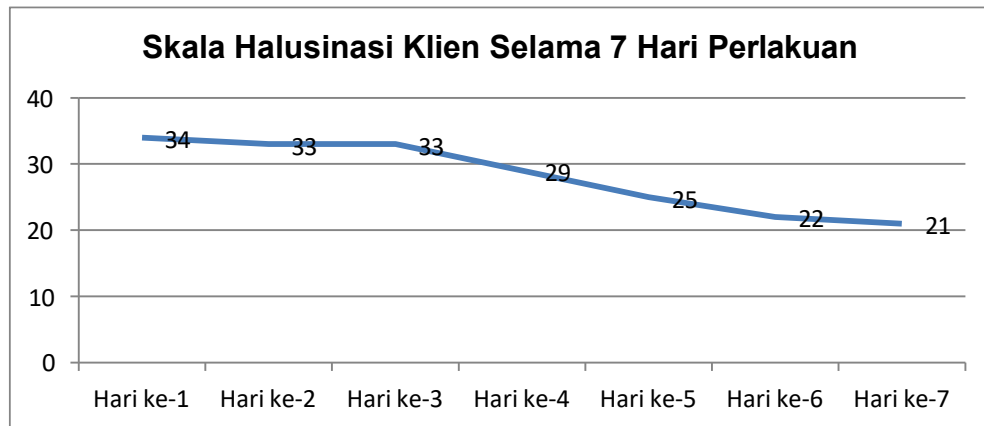
Berdasarkan data dari Puskesmas Karang Intan 2 pada bulan Juli-September tahun 2023 terdapat 5 orang warga yang mengalami gangguan kesehatan mental. Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan terdapat 8 orang warga yang mengalami gangguan jiwa di desa awang bangkal barat. Selain kesehatan fisik, kesehatan mental juga menjadi sebuah hal yang penting bagi manusia. Apabila seseorang mempunyai

mental yang sehat maka aspek kehidupan yang ada pada dirinya akan bekerja lebih maksimal. Kesehatan fisik dan mental saling ketergantungan satu sama lain (15).

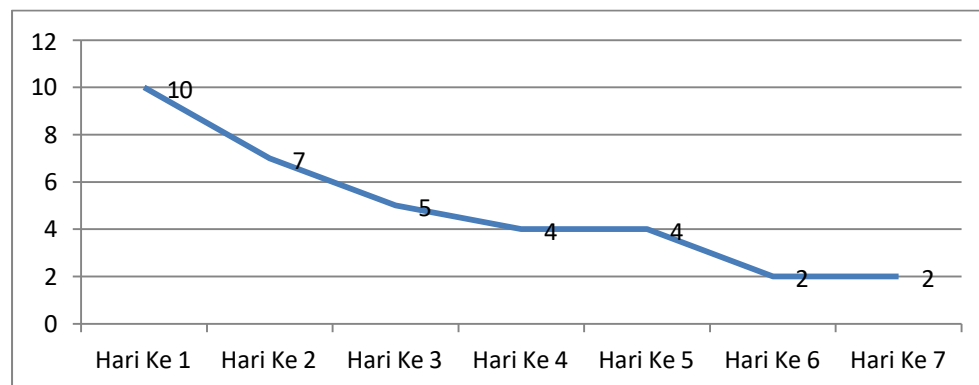
Berdasarkan hasil pengkajian Ny. N tidak bekerja sama sekali dikarenakan kualitas pendidikan, kemampuan klien, dan keterbatasan sumber pekerjaan yang tidak variatif di lingkungan tempat tinggal klien. Berdasarkan hasil pengkajian dengan Ny. N didapatkan hasil bahwa klien mengatakan mendengar suara orang marah-marah dan berkelahi serta suara memanggil nama klien dengan berteriak. Klien mengatakan suara muncul ketika sendirian dan suara muncul tidak menentu terkadang pagi, siang ataupun malam hari. Klien mengatakan kesal dan takut ketika mendengar suara tersebut dan respon klien ketika suara tersebut muncul adalah dengan menutup telinga.

Keluarga klien mengatakan klien bisa seperti ini karena masalah ekonomi. Namun berdasarkan informasi dari ketua RT 05 dan warga sekitar mengatakan klien bisa seperti ini karena klien menjadi korban KDRT oleh suami pertama dan keduanya, KDRT terjadi dikarenakan masalah perekonomian serta suami ketiga klien meninggal ketika klien sedang dirawat di Rumah Sakit Jiwa Sambang Lihum.

Berdasarkan intervensi yang dilakukan kepada Ny. N dengan gangguan persepsi sensori: Halusinasi pendengaran hasilnya membuktikan bahwa terapi okupasi menggambar dapat mengontrol halusinasi klien dan menurunkan tanda gejala halusinasi klien. Pada saat dilakukannya pengukuran tingkat halusinasi sebelum pemberian intervensi terapi okupasi menggambar pada klien skor halusinasi klien adalah 34 (Halusinasi sangat berat), namun setelah diberikan perlakuan terapi



Gambar 1. Grafik skala halusinasi setelah diberikan terapi okupasi menggambar selama 7 hari



Gambar 2. Grafik tanda gejala halusinasi setelah diberikan terapi okupasi menggambar selama 7 hari

okupasi menggambar. selama 7 hari berturut-turut terjadi perubahan skor menjadi 21 yang masuk dalam kategori halusinasi sedang.

Setelah dilakukan implementasi terapi menggambar selama 7 hari dan di evaluasi didapatkan adanya tanda gejala yang hilang pada pasien di evaluasi didapatkan adanya tanda gejala yang hilang pada pasien namun juga masih terdapat tanda gejala yang masih utuh. Sebelum dilakukan intervensi terapi menggambar terdapat 10 tanda gejala halusinasi pada pasien dan setelah diberikan intervensi terapi menggambar selama 7 hari terjadi penurunan tanda dan gejala halusinasi menjadi 2.

Hal ini sejalan dengan penelitian Wulan-

dari & Susilowati (2023) yang menyebutkan jika terapi okupasi menggambar dapat menurunkan tingkat halusinasi. Diperoleh perbedaan hasil pengkajian AHRS (*Auditory Hallucinations Rating Scale*) antara sebelum dan sesudah dilakukan penerapan terapi okupasi menggambar. Awalnya pada kategori halusinasi sangat berat menjadi halusinasi sedang (16).

Hal ini didukung oleh penelitian (Nafiah, 2023) yang menunjukkan terapi menggambar terbukti dapat menurunkan tanda gejala halusinasi. Hasil observasi sebelum dilakukan terapi terdapat 8 tanda gejala halusinasi. Setelah dilakukan terapi menggambar terdapat penurunan tanda gejala pada hari pertama dan kedua. Hari ketiga setelah dilakukan

terapi tidak terdapat tanda gejala halusinasi (17).

Terdapat pengaruh yang bermakna antara terapi okupasi menggambar terhadap gejala halusinasi. Terapi okupasi menggambar menjadi sebuah hal yang tepat apabila diterapkan pada pasien skizofrenia yang mengalami halusinasi, karena dengan pemberian terapi menggambar secara rutin dan terjadwal akan membuat pasien tidak terfokus pada halusinasinya sehingga gejala halusinasi dapat terkontrol ataupun berkurang.

Gejala halusinasi pada pasien mengalami perubahan setelah diberikan terapi okupasi menggambar disebabkan karena pasien dapat melaksanakan aktivitas menggambar dengan baik dan karena pasien dapat bercerita, mengeluarkan pikiran, perasaan, dan emosi yang umumnya sulit diungkapkan, aktivitas menggambar juga dapat memberikan motivasi dan hiburan, memperbaiki pikiran yang kacau, dan meningkatkan aktivitas motorik (17).

Selain itu, terapi menggambar pada gelombang otak, yang dikenal sebagai gelombang alfa, menunjukkan perasaan tenang dan kesadaran. Semakin lambat gelombang otak, perasaan kita menjadi lebih santai, puas, dan damai. Hormon oksitosin, yang bertanggung jawab atas terapi menggambar ini, berfungsi untuk menciptakan ketenangan, keyakinan, dan stabilitas psikologis (11).

KETERBATASAN

Selama pemberian intervensi, peneliti mengalami beberapa hambatan dimana pemberian intervensi tidak bisa berkelanjutan pada jam yang sama seperti hari-hari sebelumnya.

ETIKA PENELITIAN

Dalam penelitian ini menggunakan *informed consent* secara lisan dan telah memperoleh persetujuan dari keluarga dan responden untuk diberikan asuhan keperawatan dalam bentuk implementasi terapi okupasi menggambar. Pada penelitian ini peneliti mengimplementasikan aspek etika keperawatan yakni memberikan kebebasan klien untuk memilih, memberikan tindakan yang memiliki manfaat untuk klien, dan melakukan tindakan yang tidak memberikan kerugian kepada klien.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak ada konflik kepentingan dalam penelitian ini, baik dari lokasi penelitian maupun dari responden.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan terimakasih kepada seluruh pihak yang terlibat dalam pembuatan karya tulis ilmiah ners ini yakni Koordinator Progran Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat, Kepala UPT Puskesmas Karang Intan 2, Kepala Desa Awang Bangkal Barat, Dosen pembimbing, Dosen penguji, dan Ny. N selaku responden dalam penelitian ini.

PENUTUP

Penerapan terapi okupasi berupa kegiatan menggambar pada Ny. N, seorang perempuan berusia 57 tahun dengan diagnosis gangguan persepsi sensori: halusinasi pendengaran, menunjukkan hasil yang efektif. Intervensi dilakukan selama tujuh hari berturut-turut, dengan pengukuran menggunakan kuesioner AHRS (*Auditory Hallucinations Rating Scale*). Skor awal halusinasi sebesar 34 (kategori sangat berat) menurun menjadi 21 (kategori sedang) pada hari ketujuh, disertai penurunan tanda dan gejala

halusinasi dari skor 10 menjadi 2. Secara kognitif, klien mampu memahami dan mempraktikkan terapi ini, serta menunjukkan pengurangan gejala secara signifikan. Berdasarkan hasil ini, terapi okupasi menggambar terbukti efektif sebagai intervensi nonfarmakologis dalam mengatasi halusinasi pendengaran.

Saran yang diberikan meliputi harapan agar klien dapat terus menerapkan terapi ini secara mandiri untuk mengontrol halusinasi, serta agar perawat menjadikannya sebagai intervensi sederhana dalam praktik keperawatan jiwa. Institusi pendidikan diharapkan menggunakan karya ini sebagai bahan referensi pembelajaran, dan pihak Puskesmas Karang Intan 2 dapat memanfaatkannya untuk mendukung program penanganan gangguan persepsi sensori di masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Universitas Lambung Mangkurat. Rencana Induk ULM 2020–2024. Banjarmasin: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan; 2020.
2. Melinda CA, Apriliyani I. Penatalaksanaan terapi okupasi pada An. W dengan halusinasi pendengaran di RSJ Soerojo Magelang. *J Cakrawala Ilmiah*. 2023;2(11):4123–8.
3. Minarningtyas A, Nurillawaty A. Pengaruh terapi okupasi aktivitas waktu luang terhadap gejala halusinasi pendengaran. *J Gema Keperawatan*. 2021;14(1):40–9.
4. Wulandari A, Susilowati T. Penerapan terapi okupasi menggambar terhadap perubahan tanda gejala pada pasien dengan gangguan persepsi sensori halusinasi. *J Anestesi*. 2023;1(4):146–62.
5. Fatihah F, Nurillawaty A, Yusrini Y, Sukaesti D. Literature review: terapi okupasi menggambar terhadap perubahan tanda dan gejala halusinasi pada pasien dengan gangguan jiwa. *JKM J Keperawatan Merdeka*. 2021;1(1):93–101.
6. Handayani NZ, Wahyuningsih SA, Neralia TW. Intervensi terapi okupasi (menggambar) pada pasien halusinasi di Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan Jakarta. 2023.
7. Wicaksono RA, Gati NW, Purnomo L. Penerapan terapi okupasi menggambar terhadap tanda dan gejala pasien halusinasi pendengaran di Ruang Larasati RSJD Dr. Arif Zainudin Surakarta. *J Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*. 2023;2(8):185–96.
8. Oktavia S, Hasanah U, Utami IT. Penerapan terapi menghardik dan menggambar pada pasien halusinasi pendengaran. *J Cendikia Muda*. 2021;2(3):407–15.
9. Firmawati F, Syamsuddin F, Botutihe R. Terapi okupasi menggambar terhadap perubahan tanda dan gejala halusinasi pada pasien dengan gangguan persepsi sensori halusinasi di RSUD Tombulilato. *J Medika Nusantara*. 2023;1(2):15–24.
10. Purwanti N, Dermawan D. Penatalaksanaan halusinasi dengan terapi aktivitas kelompok: menggambar bebas pada pasien halusinasi di RSJD Dr. Arif Zainudin Surakarta. *J Kesehatan Karya Husada*. 2023;11(1):58–65.
11. Pramedi SA. Efektivitas terapi menggambar dalam mengontrol halusinasi pendengaran di RSJD Dr. Arif Zainudin Surakarta [dissertation]. Surakarta: Universitas Kusuma Husada; 2023.
12. Effendi R, Salsabila H, Malik A. Pemahaman tentang lingkungan berkelanjutan. Modul.

- 2018;18(2):75.
13. Ramsar Convention Secretariat. The Fourth Ramsar Strategic Plan 2016–2024. Ramsar handbooks for the wise use of wetlands. 5th ed. Vol. 2. Gland, Switzerland: Ramsar Convention Secretariat; 2016.
 14. Andriawan A, Nuryanti L, Alfiyanti L, Putri WK. Analisis kualitas hidup tenaga kesehatan di masa pandemi COVID-19. *J Keilmuan dan Keislaman*. 2022;249–67.
 15. Putri AW, Wibhawa B, Gutama AS. Kesehatan mental masyarakat Indonesia: pengetahuan dan keterbukaan masyarakat terhadap gangguan kesehatan mental. *Pros Penelit dan Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2015;2(2).
 16. Wulandari Y, Pardede JA. Aplikasi terapi generalis pada penderita skizofrenia dengan masalah halusinasi pendengaran. 2022.
 17. Nafiah H. Penerapan art therapy: menggambar pada pasien halusinasi pendengaran di Ruang Sena RSJD Dr. Arif Zainudin Surakarta. In: *Prosiding Seminar Nasional Unimus*. 2023;6.