

## PENERAPAN *ATTENTION TRAINING TECHNIQUE* TERHADAP PENURUNAN HALUSINASI PENDENGARAN PASIEN GANGGUAN PERSEPSI SENSORI

Yosua Aldrin Kaligis<sup>1\*</sup>, Verra Karame<sup>2</sup>, Michelle Kairupan<sup>3</sup>, Oktavia Vidita Bujung<sup>4</sup>

Fakultas Keperawatan Universitas Pembangunan Indonesia Manado, Indonesia<sup>1,2,3,4</sup>

\*Corresponding Author : yosuakaligis1@gmail.com

### ABSTRAK

Halusinasi pendengaran merupakan salah satu bentuk gangguan persepsi sensoris yang paling sering dialami oleh pasien dengan skizofrenia. Kondisi ini ditandai oleh munculnya persepsi suara tanpa adanya rangsangan eksternal nyata, yang menyebabkan pasien kesulitan membedakan antara stimulus nyata dan tidak nyata. Hal ini dapat memicu kecemasan, perilaku maladaptif, dan menurunkan kualitas hidup pasien. Intervensi nonfarmakologis yang efektif diperlukan untuk membantu pasien mengontrol gejala halusinasi dan meningkatkan fungsi adaptif mereka. *attention training technique* (ATT) merupakan salah satu pendekatan terapi kognitif yang bertujuan membantu pasien mengalihkan fokus perhatian dari stimulus internal, seperti suara halusinasi, menuju stimulus eksternal yang lebih adaptif. Tujuan penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh penerapan *Attention Training Technique* terhadap penurunan gejala halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia. Metode penelitian ini menggunakan studi kasus dengan satu responden, Tn. RA, yang dirawat di Ruang Cakalele UPTD Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. V. L. Ratumbuang. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Intervensi dilakukan dalam dua sesi ATT yang difokuskan pada peningkatan kemampuan pasien mengontrol perhatian dan mengurangi respons terhadap halusinasi. Hasil penelitian evaluasi menunjukkan penurunan jumlah gejala halusinasi dari delapan gejala (66,7%) sebelum intervensi menjadi lima gejala (41,7%) setelah dua sesi terapi, menunjukkan perbaikan kemampuan pasien dalam mengalihkan perhatian dari stimulus internal. Kesimpulan penerapan *attention training technique* efektif dalam mengurangi gejala halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia.

**Kata kunci** : asuhan keperawatan jiwa, *attention training technique*, halusinasi pendengaran

### ABSTRACT

*Auditory hallucinations are one of the most common forms of sensory perception disturbance experienced by patients with schizophrenia. This condition is characterized by the perception of sounds in the absence of real external stimuli, making it difficult for patients to distinguish between real and unreal stimuli. Attention Training Technique (ATT) is a cognitive therapy approach that aims to help patients shift their focus of attention from internal stimuli, such as hallucinatory voices, to more adaptive external stimuli. The purpose of this study was to evaluate the effect of Attention Training Technique (ATT) on reducing auditory hallucination symptoms in patients with schizophrenia. This research method used a case study with one respondent, Mr. RA, who was treated in the Cakalele Ward of the Prof. Dr. V. L. Ratumbuang Mental Hospital. Data were collected through observation, interviews, and documentation. The intervention was conducted in two ATT sessions, focused on improving the patient's ability to control attention and reducing responses to hallucinations. The results of the evaluation study showed a decrease in the number of hallucination symptoms from eight (66.7%) before the intervention to five (41.7%) after two therapy sessions, indicating an improvement in the patient's ability to divert attention from internal stimuli. In conclusion, the application of the attention training technique was effective in reducing auditory hallucination symptoms in patients with schizophrenia. This intervention can be used as an additional therapeutic strategy in psychiatric nursing care, supporting non-pharmacological management of hallucinations, and improving patient quality of life and independence.*

**Keywords** : psychiatric nursing care, *attention training technique*, auditory hallucinations

## PENDAHULUAN

Gangguan jiwa merupakan salah satu masalah kesehatan global yang memberikan dampak signifikan terhadap kualitas hidup individu, keluarga, dan masyarakat. Menurut *World Health Organization* (WHO, 2022), prevalensi gangguan jiwa berat, termasuk skizofrenia, diperkirakan mencapai lebih dari 24 juta orang di dunia. Salah satu gejala utama pada skizofrenia adalah halusinasi, terutama halusinasi pendengaran, yang ditandai dengan pengalaman mendengar suara atau bisikan tanpa adanya stimulus nyata dari luar. Halusinasi pendengaran dapat memengaruhi fungsi kognitif, emosi, perilaku, hingga interaksi sosial pasien sehingga memerlukan penanganan komprehensif (American Psychiatric Association, 2022).

Di Indonesia, prevalensi skizofrenia atau psikosis sebesar 6,7 per 1000 penduduk, dengan angka tertinggi terdapat pada kelompok usia produktif (Riskesdas, 2018). Data Kementerian Kesehatan RI (2022) melaporkan bahwa lebih dari 450.000 orang di Indonesia mengalami skizofrenia, dan sekitar 70% di antaranya mengalami gejala halusinasi pendengaran. Halusinasi jenis ini seringkali menimbulkan risiko perilaku berbahaya, seperti kekerasan, menarik diri, hingga ketidakpatuhan terhadap pengobatan (Dewi, 2023). Khusus di Sulawesi Utara, Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. V.L. Ratumbuang Manado sebagai rumah sakit rujukan utama melaporkan bahwa hingga Maret 2025 terdapat sekitar 116 pasien rawat inap, sementara untuk rawat jalan jumlah pasien mencapai rata-rata 100 orang per hari (Manado Post, 2025). Penelitian lokal di RSJ Ratumbuang juga menunjukkan bahwa pelaksanaan terapi non-farmakologis seperti therapy attention training berpengaruh signifikan terhadap kemampuan pasien dalam mengenali halusinasi pendengaran (Monei et al., 2023).

Salah satu intervensi non-farmakologis yang dapat diberikan adalah *attention training technique* (ATT). *Attention training technique* merupakan metode terapi kognitif yang dikembangkan untuk membantu pasien meningkatkan fokus perhatian, mengurangi distraksi akibat stimulus internal (seperti halusinasi), serta melatih kemampuan mengalihkan perhatian pada stimulus eksternal yang lebih adaptif (Papageorgiou & Wells, 2000). Penelitian terbaru menunjukkan bahwa ATT efektif dalam menurunkan frekuensi halusinasi, meningkatkan kontrol diri, dan memperbaiki fungsi sosial pada pasien dengan skizofrenia (Clark et al., 2019; Nahar et al., 2022). Penelitian yang dilakukan oleh Herawati dan Afconneri (2020) menunjukkan bahwa di Indonesia, penderita skizofrenia dengan gejala halusinasi lebih banyak dialami oleh laki-laki (75%) dibandingkan perempuan (25%). Hal ini sejalan dengan temuan *National Institute of Mental Health* (2008) dalam Herawati dan Afconneri (2020), yang menyebutkan bahwa skizofrenia sebagian besar sering terjadi pada laki-laki dengan onset usia 20–30 tahun. Usia produktif ini membuat dampak penyakit semakin besar karena mengganggu fungsi ekonomi dan sosial keluarga.

Selain itu, penelitian Herlina (2024) menemukan bahwa bentuk halusinasi pendengaran yang paling banyak dialami pasien adalah halusinasi berupa bisikan (53,33%). Hal ini menggambarkan bahwa gejala utama yang dialami pasien seringkali berupa suara-suara samar yang memengaruhi emosi dan perilaku. Sementara itu, penelitian Dewi (2023) menemukan bahwa strategi koping yang sering dilakukan pasien saat halusinasi timbul adalah dengan tidur dan melamun. Namun, strategi koping ini bersifat maladaptif karena tidak menyelesaikan masalah, justru membuat pasien semakin pasif dan terisolasi (Dewi, 2023). Penelitian-penelitian terbaru menunjukkan efektivitas ATT dalam menangani halusinasi pendengaran. Clark et al. (2019) melaporkan bahwa ATT efektif menurunkan intensitas dan frekuensi halusinasi pada pasien dengan psikosis. Nahar et al. (2022) dalam meta-analisisnya menemukan bahwa ATT meningkatkan fleksibilitas atensi dan mengurangi distraksi internal pada pasien skizofrenia. Dengan kata lain, ATT membantu pasien untuk tidak larut dalam suara halusinasi dan lebih fokus pada stimulus nyata di sekitarnya. Dalam konteks keperawatan jiwa

di Indonesia, ATT dapat menjadi salah satu pilihan intervensi yang inovatif, praktis, dan mudah diaplikasikan baik secara individu maupun dalam kelompok kecil. Bagi perawat, ATT tidak hanya bermanfaat untuk membantu pasien mengurangi gejala halusinasi, tetapi juga dapat meningkatkan komunikasi terapeutik, keterlibatan pasien dalam aktivitas sosial, serta kualitas hidup secara keseluruhan (Nahar et al. 2022).

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan sebelumnya, penelitian ini merumuskan fokus utama pada penerapan asuhan keperawatan jiwa dengan *attention training technique* pada Tn. RA yang mengalami halusinasi pendengaran di Ruang Cakalele UPTD Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. V.L. Ratumbusang. Secara umum, tujuan dari penelitian ini adalah untuk melaksanakan asuhan keperawatan dalam manajemen halusinasi melalui pemberian *attention training technique*, yang bertujuan untuk membantu pasien mengendalikan gejalanya, meningkatkan konsentrasi, serta memperbaiki kualitas hidup

## METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian studi kasus dengan desain eksploratif untuk mengeksplorasi secara mendalam intervensi *Attention Training Technique (ATT)* pada pasien dengan halusinasi pendengaran. Populasi penelitian adalah pasien yang mengalami gangguan persepsi sensori, khususnya halusinasi pendengaran, yang dirawat di UPTD Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. V. L. Ratumbusang. Sampel yang digunakan adalah satu individu, yaitu Tn. RA, seorang pasien berusia 49 tahun yang mengalami halusinasi pendengaran dan kooperatif mengikuti intervensi. Penelitian dilaksanakan di Ruang Cakalele, UPTD Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. V. L. Ratumbusang. Instrumen pengumpulan data meliputi observasi langsung, wawancara semi-struktural, dan dokumentasi rekam medis serta catatan asuhan keperawatan terkait pengkajian, diagnosa, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi tindakan keperawatan. Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan menyajikan hasil dalam bentuk narasi yang menggambarkan perubahan kondisi pasien sebelum dan sesudah penerapan ATT, serta dilengkapi tabel data pendukung. Untuk uji etik, penelitian ini memperoleh persetujuan dari pihak rumah sakit, dan pasien memberikan informed consent; identitas pasien dijaga kerahasiaannya sesuai standar etika penelitian keperawatan.

## HASIL

### Pengkajian

Klien Tn. RA, laki-laki berusia 49 tahun, dilakukan pengkajian pada tanggal 24 Juni 2025 dan diantar oleh orang tuanya ke rumah sakit jiwa. Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik, didapatkan bahwa keluhan utama klien adalah mendengar suara bisikan yang menyuruhnya menikah, mencuri barang, serta memukul orang tua. Halusinasi pendengaran tersebut muncul terutama pada sore hingga malam hari dengan frekuensi 1–2 jam. Klien mengaku merasa bingung, malas, dan takut ketika mendengar suara tersebut. Klien tampak tegang dan gelisah saat pembicaraan menyinggung hal-hal berkaitan dengan perintah suara yang ia dengar. Selama proses wawancara, klien tampak kooperatif dan mampu melakukan kontak mata dengan baik. Riwayat gangguan jiwa sebelumnya ada, namun pengobatan yang telah dijalani sebelumnya kurang berhasil karena ketidakpatuhan dalam minum obat. Klien tidak memiliki riwayat trauma fisik maupun seksual, namun mengaku pernah mengalami penolakan dalam hubungan asmara yang memengaruhi harga dirinya.

Secara biologis, hasil pemeriksaan fisik menunjukkan tanda-tanda vital dalam batas normal: tekanan darah 119/74 mmHg, nadi 109 x/menit, respirasi 20 x/menit, suhu tubuh 36,2°C, berat badan 54 kg, dan tinggi badan 157 cm. Aktivitas motorik tampak lesu, pembicaraan cepat, dan arus pikir menunjukkan gejala *blocking* (berhenti mendadak lalu

melanjutkan pembicaraan). Daya konsentrasi menurun, pasien mudah teralih oleh lingkungan sekitar. Dari aspek konsep diri, pasien menunjukkan harga diri rendah kronis, merasa malu karena dirawat di rumah sakit jiwa, sedih karena tidak dapat bekerja, namun memiliki keinginan untuk sembuh dan kembali berkumpul dengan keluarga. Dalam hubungan sosial, pasien tinggal bersama orang tua dan lima saudara kandung, hubungan keluarga harmonis namun pasien belum berpartisipasi aktif dalam kegiatan masyarakat. Secara spiritual, pasien beragama Islam, memiliki niat untuk melaksanakan salat, dan menjadikan ibadah sebagai bentuk koping positif. Namun, mekanisme koping yang ditunjukkan masih cenderung maladaptif seperti menghindar dan sulit menyelesaikan masalah dengan baik.

Status mental menunjukkan persepsi terganggu berupa halusinasi pendengaran, afek labil, alam perasaan sedih dan takut, aktivitas motorik lesu, serta pembicaraan cepat. Penampilan pasien bersih dan rapi, berpakaian sesuai ukuran tubuh. Klien mampu berinteraksi dengan baik selama wawancara, namun tampak cemas dan mudah teralih. Dari hasil penilaian koping, pasien kadang berbicara dengan orang lain untuk mengalihkan perhatian, tetapi belum mampu mengontrol halusinasinya secara mandiri. Pemeriksaan menunjukkan tidak ada gangguan kesadaran, namun terdapat penurunan konsentrasi dan kemampuan penilaian ringan. Dalam kebutuhan dasar, klien mampu melakukan aktivitas seperti makan, mandi, dan berpakaian dengan bantuan minimal.

Diagnosa medis yang ditegakkan oleh dokter adalah Skizofrenia Paranoid (F25.2) dengan terapi medis berupa Haloperidol 1 mg, Stelosi 1 mg, Clorilex  $2 \times \frac{1}{2}$  mg, dan HTP 2 mg. Masalah keperawatan utama yang dapat diidentifikasi adalah gangguan persepsi sensori: halusinasi pendengaran, harga diri rendah kronis, koping individu tidak efektif. Fokus keperawatan diarahkan pada peningkatan kemampuan pasien untuk mengenali, mengendalikan, dan mengatasi halusinasinya melalui kegiatan distraksi seperti berkomunikasi dengan orang lain, berdoa, atau melakukan aktivitas ringan. Selain itu, intervensi keperawatan juga mencakup peningkatan kepatuhan minum obat, penguatan dukungan keluarga, pemberian motivasi positif, dan edukasi terkait pentingnya pengobatan jangka panjang untuk mencegah kekambuhan serta mempersiapkan pasien agar dapat berfungsi kembali di lingkungan sosial dan keluarga.

### **Diagnosa Keperawatan**

Masalah keperawatan yang muncul adalah gangguan persepsi sensori (D.0085), diperkuat dengan data subyektif dan data objektif. Dimana data subyektif didapat dari hasil wawancara sesuai dengan apa yang dirasakan oleh pasien, sedangkan data objektif merupakan data yang diperoleh dengan pengukuran dan observasi kepada pasien. Berikut ini adalah data subyektif untuk memperkuat diagnosa keperawatan yang muncul yaitu klien melaporkan mendengar suara yang menyuruhnya menikah. Selama pengkajian, klien tampak ketakutan dan tegang, serta menunjukkan aktivitas motorik gelisah. Klien menanggapi suara bisikan tersebut seolah suara itu nyata, sehingga mengalami distorsi persepsi sensorik melalui indera pendengaran. Tindakan dan respons klien terhadap suara yang didengar tidak sesuai dengan kenyataan, misalnya menyesuaikan perilaku berdasarkan perintah suara tersebut.

Berdasarkan data yang didapat, penulis menyimpulkan diagnosa keperawatan yang sesuai yaitu gangguan persepsi sensori berhubungan dengan gangguan pendengaran ditandai dengan mendengar suara bisikan, merasakan sesuatu melalui indera pendengaran, distorsi sensori, respons tidak sesuai, bersikap seolah mendengar sesuatu. Intervensi keperawatan yang dilakukan untuk mengatasi diagnosa gangguan persepsi sensori dengan halusinasi pendengaran diberikan selama periode 2x24 jam. Diharapkan melalui intervensi ini, kondisi gangguan persepsi sensori dapat membaik, yang ditandai dengan persepsi sensori membaik kriteria hasil L. 09083. Intervensi yang digunakan untuk mencapai kriteria hasil tersebut dengan pemberian

obat. Implementasi keperawatan dimulai pada tanggal 25 Juni 2025 sampai 26 Juni 2025 sesuai dengan perencanaan yang telah disusun sebelumnya.

**Tabel 1. Indikator Luaran Keperawatan**

| Kriteria hasil                | Awal | Akhir |
|-------------------------------|------|-------|
| Verbalisasi Mendengar Bisikan | 8    | 5     |
| Perilaku Halusinasi           | 8    | 5     |

**Tabel 2. Implementasi Keperawatan**

| No | Diagnosa  | Tgl/Jam      | Implementasi  |
|----|---|--------------|---|
| 1  | Gangguan persepsi sensori <i>b.d</i> gangguan pendengaran <i>d.d</i> mendengar suara bisikan, merasakan sesuatu melalui indera pendengaran, distorsi sensori, respons tidak sesuai, bersikap seolah mendengar sesuatu. (D.0085) | 25 Juni 2025 | Memonitor perilaku yang mengindikasikan halusinasi  |
|    |   | 08.30        |   |
|    |   | 09.10        | Memonitor isi halusinasi  |
|    |   | 10.10        | Mempertahankan lingkungan yang aman   |
| 2  | Gangguan persepsi sensori <i>b.d</i> gangguan pendengaran <i>d.d</i> mendengar suara bisikan, merasakan sesuatu melalui indera pendengaran, distorsi sensori, respons tidak sesuai, bersikap seolah mendengar sesuatu. (D.0085) | 10.35        | Menganjurkan melakukan distraksi ( <i>attention training technique (ATT)</i> ), sesi ini diarahkan untuk membantu klien memusatkan perhatian pada suara nyata, yaitu suara perawat yang memberikan instruksi, dengan tujuan melatih kemampuan fokus dan mengurangi distraksi dari suara halusinasi) Kolaborasi pemberian obat antipsikotik dan antiansietas |
|    |   | 26 Juni 2025 | Memonitor perilaku yang mengindikasikan halusinasi  |
|    |   | 09.40        |   |
|    |   | 10.15        | Memonitor isi halusinasi  |
|    |   | 10.20        | Mempertahankan lingkungan yang aman   |
|    |   | 11.10        | Menganjurkan melakukan distraksi ( <i>attention training technique (ATT)</i> ), sesi ini diarahkan untuk membantu klien memusatkan perhatian pada suara nyata, yaitu suara perawat yang memberikan instruksi, dengan tujuan melatih kemampuan fokus dan mengurangi distraksi dari suara halusinasi) Kolaborasi pemberian obat antipsikotik dan antiansietas |

Hasil intervensi keperawatan selama 3x24 jam dimulai dengan membina hubungan saling percaya, dan klien tampak senang berbicara dengan perawat. Klien mengungkapkan mendengar suara menyuruh menikah, diam, serta terganggu dengan suara tersebut. Perawat mengajarkan teknik menghardik sebagai salah satu strategi dasar untuk mengendalikan halusinasi, namun klien belum mampu memperagakannya secara mandiri. Dalam konteks *attention training technique*, sesi ini diarahkan untuk membantu klien memusatkan perhatian pada suara nyata, yaitu suara perawat yang memberikan instruksi, dengan tujuan melatih kemampuan fokus dan mengurangi distraksi dari suara halusinasi. Kontrak waktu dibuat agar latihan dapat diulang secara konsisten, karena ATT menekankan pengulangan stimulus nyata untuk melatih perhatian selektif. Pada hari kedua, 26 Juni 2025, implementasi dilanjutkan dengan mengevaluasi perilaku halusinasi pendengaran.

Klien masih menunjukkan gejala berupa sulit tidur, menarik diri, mudah tersinggung, dan tertawa tanpa sebab. Latihan teknik menghardik kembali dilakukan, dan kali ini klien sudah mampu mengingat serta memperagakan meskipun masih mendengar bisikan. Perawat kemudian mengintegrasikan *attention training technique* melalui aktivitas seperti menggambar dan mewarnai dengan cara mengarahkan klien untuk memusatkan perhatian pada detail kegiatan yang dilakukan. Misalnya, klien diminta menyebutkan warna yang sedang digunakan, menghitung jumlah garis atau bentuk yang digambar, serta fokus mengikuti instruksi sederhana



seperti “warnai bagian pojok kanan gambar dengan biru.” Aktivitas ini berfungsi sebagai stimulus eksternal yang sistematis untuk melatih fokus, pengalihan perhatian, dan pembagian perhatian dari suara halusinasi menuju rangsangan nyata. Dengan demikian, *attention training technique* tidak hanya membuat klien lebih terlibat dan terarah, tetapi juga membantu menurunkan intensitas halusinasi serta meningkatkan kontrol diri klien secara bertahap. Hasilnya, klien tampak lebih fokus, lebih terlibat dalam interaksi, dan mulai menunjukkan kemampuan mengontrol gejala halusinasi secara bertahap melalui strategi *attention training technique* yang terintegrasi dengan terapi seni.

Evaluasi pertama dilakukan pada 25 Juni 2025, pada diagnosis Gangguan Persepsi Sensori diperoleh hasil evaluasi yaitu data *Subjektif* (S) klien mengatakan mampu memperkenalkan diri dengan menyebutkan nama, senang melakukan kegiatan; data *Objektif* (O) klien tampak mampu membina hubungan saling percaya, klien kooperatif, kontak mata baik; data *Assessment* (A) yaitu Perubahan Persepsi Sensori: Halusinasi Pendengaran belum teratasi; *Plan* (P) yaitu intervensi dilanjutkan dengan kontrak pertemuan untuk (Identifikasi penyebab halusinasi dan Latihan menghardik dengan *attention training technique* (ATT)). Pada hari kedua, 26 Juni 2025, pada diagnosis Gangguan Persepsi Sensori diperoleh hasil evaluasi yaitu data *Subjektif* (S) klien mengatakan merasa senang berbicara dengan perawat, Klien mengatakan tidak mendengar bisikan, klien mengatakan sudah tahu cara menghardik, mampu melakukan cara hardik; data *Objektif* (O) klien tampak mampu memperagakan kembali cara menghardik, klien tampak melamun banyak tidur, klien mampu menceritakan kegiatan sehari-hari, klien tampak tertawa tanpa sebab, dan menyendiri setelah berinteraksi dengan perawat; data *Assessment* (A) yaitu Perubahan Persepsi Sensori: Halusinasi Pendengaran teratasi; *Plan* (P) yaitu intervensi dilanjutkan dengan kontrak pertemuan untuk (Lakukan kegiatan bercakap-cakap dengan orang lain dengan *attention training technique* (ATT)).

## PEMBAHASAN

Penanganan kasus yang sudah dilakukan berdasarkan urutan intervensi keperawatan mulai dari pengkajian hingga evaluasi. Tindakan intervensi keperawatan tersebut memunculkan beberapa permasalahan yang timbul dalam tinjauan teori, pengangkatan diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan dan perkembangan penanganan permasalahan yang tercapai setelah dilakukan tindakan intervensi keperawatan pada Tn. RA dengan menjadikan masalah keperawatan sebagai prioritas, yaitu gangguan persepsi sensoris. Pengkajian data meliputi identitas, riwayat kesehatan dan kondisi fisik pasien.

**Tabel 3. Perbandingan Hasil Pengkajian Dan Penerapan *Evidence-Based Practice Attention Training Technique***

| No  | Tanda dan Gejala                              | Sebelum | Sesudah |
|-----|---|---------|---------|
|     |   | Tn.RA   | Tn.RA   |
| 1.  | Mendengar suara bisikan                       | ✓       | -       |
| 2.  | Merasakan sesuatu melalui inderapendengaran   | -       | -       |
| 3.  | Menyatakan marah                              | -       | -       |
| 4.  | Disosiasi sensori                             | ✓       | ✓       |
| 5.  | Respon tidak sesuai                           | ✓       | ✓       |
| 6.  | Bersikap seolah mendengar sesuatu             | ✓       | -       |
| 7.  | Disorientasi waktu, tempat, orang dan situasi | -       | -       |
| 8.  | Curiga  | ✓       | -       |
| 9.  | Melihat ke arah tertentu                      | ✓       | -       |
| 10. | Tidur-tiduran, melamun                        | ✓       | ✓       |
| 11. | Bicara sendiri                                | ✓       | ✓       |

|     |                        |              |              |
|-----|------------------------|--------------|--------------|
| 12. | Melamun                | -            | ✓            |
|     | <b>Jumlah</b>          | 8            | 5            |
|     | <b>Jumlah skor (%)</b> | <b>66,7%</b> | <b>41,7%</b> |

Asuhan keperawatan ini diberikan kepada Tn. RA, seorang laki-laki berusia 49 tahun dengan diagnosa halusinasi pendengaran pada gangguan jiwa, dilakukan melalui rangkaian asuhan keperawatan mulai dari pengkajian, penetapan diagnosa keperawatan, pelaksanaan intervensi berbasis bukti, hingga evaluasi hasil. Prioritas masalah keperawatan yang diangkat adalah Gangguan Persepsi Sensori – Halusinasi Pendengaran [SDKI D.0085]. Pengkajian awal yang dilakukan pada tanggal 24 Juni 2025 menunjukkan bahwa klien mengalami suara bisikan yang menyuruh untuk menikah, mencuri barang, dan memukul orang tua. Frekuensi munculnya suara bisikan sekitar 1–2 jam, dari sore hingga malam. Secara subjektif, klien merasa bingung, malas, dan ketakutan. Pemeriksaan objektif menunjukkan klien kooperatif, mampu melakukan kontak mata, meskipun aktivitas motorik tampak gelisah. Data fisik klien menunjukkan tekanan darah 119/74 mmHg, nadi 109 kali/menit, respirasi 20 kali/menit, suhu 36,2°C, tinggi badan 157 cm, dan berat badan 54 kg.

Dari hasil pengkajian tersebut, diagnosa keperawatan utama yang ditetapkan adalah Gangguan Persepsi Sensori yang berkaitan dengan gangguan pendengaran, distorsi sensoris, respons tidak sesuai, dan bersikap seolah mendengar sesuatu. Hal ini sejalan dengan penelitian Herawati dan Afconneri (2020) yang menemukan bahwa mayoritas responden penderita skizofrenia adalah laki-laki (75%) dibandingkan perempuan (25%). *Attention training technique* (ATT) terbukti efektif dalam menurunkan frekuensi gejala halusinasi pendengaran pada pasien dengan gangguan jiwa. Carter dan Wells (2018) dalam penelitian studi kasus menunjukkan bahwa pemberian *attention training technique* pada pasien dengan gangguan skizo-afektif memberikan hasil signifikan berupa penurunan frekuensi dan durasi halusinasi. Pasien yang pada awalnya sering mengalami bisikan suara internal, setelah mengikuti ATT dalam beberapa fase terapi menunjukkan pengurangan intensitas halusinasi bahkan pada beberapa sesi mencapai nol frekuensi halusinasi. Hal ini membuktikan bahwa ATT mampu mengalihkan fokus pasien dari stimulus internal (suara halusinasi) ke stimulus eksternal yang lebih adaptif.

Penelitian serupa oleh Prastiwi dan Apriliyani (2025) juga mendukung temuan tersebut, meskipun menggunakan teknik menghardik sebagai bentuk distraksi. Hasil studi kasus menunjukkan adanya penurunan frekuensi halusinasi pada pasien skizofrenia setelah dilatih menggunakan teknik menghardik untuk mengendalikan suara yang muncul. Mekanisme ini sejalan dengan prinsip *attention training technique*, yakni melatih pasien mengalihkan perhatian dan memperkuat kontrol terhadap stimulus nyata sehingga suara halusinasi dapat berkurang. Selain itu, penelitian oleh Utami, Hidayati, dan Wasniyati (2024) memperlihatkan bahwa terapi musik klasik juga dapat menurunkan frekuensi halusinasi pada pasien skizoafektif. Sebelum terapi, pasien berada pada skor 7 dalam skala AHRS (*Auditory Hallucination Rating Scale*), dan setelah terapi menurun menjadi skor 3.

Hasil ini menunjukkan bahwa stimulus eksternal seperti musik mampu menjadi sarana distraksi yang efektif, serupa dengan mekanisme kerja ATT yang berfokus pada pengalihan dan penguatan konsentrasi terhadap rangsangan tertentu. Penelitian khusus pada populasi psikotik juga mulai dilakukan. Trial pilot yang dikenal sebagai *IACT* (*Investigating Attention Control Training in Psychosis*) menemukan bahwa *attention training technique* pada pasien dengan gejala psikotik dapat dilaksanakan dengan baik, memiliki tingkat retensi yang tinggi, serta menunjukkan penurunan gejala psikosis dan penggunaan strategi koping maladaptif seperti worry dan threat monitoring. Hasil awal ini memperkuat bahwa ATT bukan hanya feasible, tetapi juga bermanfaat secara klinis dalam menangani gejala halusinasi pendengaran. Gangguan persepsi sensoris, khususnya halusinasi pendengaran, merupakan gejala umum pada

pasien dengan skizofrenia. Halusinasi pendengaran terjadi akibat salah atribusi terhadap stimulus internal, di mana pikiran atau suara batin diproses sebagai stimulus eksternal. Individu dengan halusinasi cenderung memiliki sensitivitas rendah terhadap stimulus eksternal yang nyata, sehingga fokus atensi tertuju pada suara internal. Hal ini menimbulkan distress, kecemasan, dan perilaku maladaptif.

Penelitian oleh Swyer et al. (2020) menunjukkan bahwa intervensi yang meningkatkan kontrol atensi, termasuk *attention training technique* (ATT), dapat membantu pasien mengarahkan perhatian secara adaptif, sehingga distress akibat halusinasi menurun dan kemampuan koping pasien meningkat. Kaligis & Wardaningsih (2023) menekankan bahwa pemberdayaan komunitas berperan penting dalam meningkatkan perawatan pasien dengan gangguan jiwa. Dukungan keluarga, partisipasi masyarakat, dan penguatan jejaring sosial dapat membantu pasien mengelola gejala maladaptif, memperkuat strategi koping, serta meningkatkan keterlibatan sosial. Dalam konteks ATT, lingkungan yang suportif dapat memperkuat konsistensi latihan, memperluas stimulus eksternal adaptif, dan mengurangi isolasi pasien. Dengan demikian, integrasi intervensi individual (ATT) dengan strategi pemberdayaan komunitas dapat menghasilkan hasil yang lebih optimal dan berkelanjutan pada pasien skizofrenia dengan halusinasi pendengaran.

*Attention training technique* merupakan teknik intervensi psikososial yang dikembangkan dalam kerangka model S-REF (*Self-Regulatory Executive Function*). Teknik ini bertujuan untuk memperkuat kemampuan pasien dalam mengalihkan perhatian dari stimulus internal yang maladaptif (suara halusinasi) ke stimulus eksternal yang adaptif. Pelaksanaan ATT meliputi latihan selektif atensi, switching atensi, dan divided atensi, yang membantu pasien untuk fokus pada rangsangan nyata dan mengurangi keterlibatan dengan halusinasi. Dalam konteks keperawatan, ATT dapat dipadukan dengan teknik “menghardik” suara halusinasi, sehingga pasien dapat berlatih secara aktif menolak atau membatasi respons terhadap suara yang muncul. Selain teknik *attention training technique* yang telah diterapkan pada klien Tn. RA untuk mengalihkan perhatian dari suara bisikan, intervensi terapi menulis ekspresif (EWT) juga telah dilaporkan efektif dalam mengendalikan halusinasi pendengaran. Penelitian dari Kaligis & Keles (2025) melaporkan bahwa penerapan EWT selama tiga hari pada pasien halusinasi pendengaran secara signifikan menurunkan frekuensi suara bisikan dan membuat pasien merasa lebih lega. Dengan demikian, kombinasi ATT dan EWT dapat memperkuat kontrol diri pasien terhadap halusinasi dan meningkatkan hasil pemulihan.

Dalam kasus Tn. RA, intervensi *attention training technique* diterapkan selama dua hari berturut-turut. Evaluasi pertama pada tanggal 25 Juni 2025 menunjukkan bahwa klien mampu memperkenalkan diri, senang melakukan aktivitas, dan menunjukkan kemampuan membina hubungan saling percaya dengan perawat. Namun, halusinasi pendengaran belum sepenuhnya teratasi. Evaluasi kedua pada tanggal 26 Juni 2025 menunjukkan perubahan signifikan; klien melaporkan tidak mendengar bisikan, mampu memperagakan teknik “menghardik” suara, dan merasa senang berbicara dengan perawat. Hasil objektif menunjukkan bahwa klien mampu mengikuti latihan *attention training technique* dan memperagakan kembali teknik menghardik, meskipun masih melamun, banyak tidur, dan sesekali tertawa tanpa sebab. Secara kuantitatif, jumlah gejala yang tampak menurun dari delapan menjadi lima, atau dari 66,7% menjadi 41,7%, menunjukkan adanya kemajuan yang signifikan.

*Attention Training Technique* (ATT) merupakan intervensi kognitif yang dirancang untuk membantu pasien mengalihkan perhatian dari stimulus internal yang maladaptif, seperti halusinasi pendengaran, menuju stimulus eksternal yang lebih adaptif. Mekanisme ATT melibatkan latihan fokus bertahap pada lingkungan sekitar, suara, dan aktivitas fisik, sehingga pasien belajar mengontrol arah perhatian dan menurunkan respons emosional terhadap halusinasi (Febrianti, Anggraini, & Lestari, 2024; Wijayanti, Putri, & Santoso, 2022). Studi menunjukkan bahwa penerapan ATT pada pasien skizofrenia efektif mengurangi frekuensi dan



intensitas halusinasi pendengaran, meningkatkan kemampuan pengalihan perhatian, serta menurunkan kecemasan dan distress yang timbul akibat gangguan persepsi sensori (Kaligis & Keles, 2025; Ersinidya & Wahyuni, 2024). Pada kasus Tn. RA, penerapan ATT dua sesi berhasil menurunkan jumlah gejala halusinasi dari delapan menjadi lima, yang menunjukkan efektivitas intervensi dalam meningkatkan kontrol persepsi sensori. Hasil ini konsisten dengan literatur yang menyebutkan bahwa ATT, sebagai bagian dari intervensi keperawatan berbasis bukti, dapat dikombinasikan dengan terapi seni atau kegiatan kognitif lain untuk memperkuat kemampuan adaptif pasien dan mendukung kualitas hidup yang lebih baik (Chiu, Hsieh, & Lee, 2022; Haeyen, 2021).

Hasil ini sejalan dengan penelitian terdahulu. Carter dan Wells (2018) dalam studi kasus menunjukkan bahwa penerapan *attention training technique* pada pasien dengan gangguan skizo-afektif mampu menurunkan frekuensi dan durasi halusinasi pendengaran secara signifikan. Penelitian Prastiwi dan Apriyanti (2025) juga melaporkan efektivitas teknik menghardik suara sebagai bentuk distraksi untuk mengendalikan halusinasi. Mekanisme yang bekerja pada kedua teknik tersebut serupa dengan ATT, yaitu pengalihan perhatian dan penguatan kontrol terhadap stimulus nyata sehingga suara halusinasi dapat berkurang. Selain itu, penelitian oleh Utami, Hidayati, dan Wasniyati (2024) menunjukkan bahwa stimulus eksternal adaptif seperti musik klasik dapat menurunkan frekuensi halusinasi pada pasien skizoafektif, membuktikan bahwa pengalihan perhatian merupakan strategi penting dalam mengendalikan halusinasi pendengaran.

Penerapan *attention training technique* pada Tn. RA juga sejalan dengan temuan trial pilot Investigating Attention Control Training in Psychosis (IACT) yang menunjukkan bahwa ATT dapat dilaksanakan dengan baik pada pasien psikotik, memiliki tingkat retensi tinggi, dan menurunkan penggunaan strategi koping maladaptif seperti worry dan threat monitoring. Dengan demikian, ATT tidak hanya feasible secara klinis tetapi juga bermanfaat dalam meningkatkan kontrol pasien terhadap gejala halusinasi pendengaran. Studi yang dikaji Swyer et al. (2020) menekankan bahwa intervensi berbasis peningkatan kontrol atensi berkontribusi pada perasaan kontrol pasien terhadap halusinasi verbal auditory (AVH), yang berdampak positif pada pengurangan distress dan peningkatan kemampuan mengelola halusinasi. Meskipun halusinasi pendengaran pada Tn. RA menurun secara signifikan, masih terdapat beberapa gejala residual, seperti melamun, banyak tidur, dan tertawa tanpa sebab. Hal ini menunjukkan bahwa walaupun ATT efektif dalam mengendalikan halusinasi, aspek motivasi, aktivitas motorik, dan fungsi sosial memerlukan intervensi lanjutan. Oleh karena itu, ATT sebaiknya dipadukan dengan strategi lain, seperti terapi okupasi, stimulasi sensorik adaptif, atau mindfulness, untuk memperkuat perhatian pasien terhadap stimulus eksternal dan meningkatkan partisipasi sosial.

Secara keseluruhan, penerapan *attention training technique* pada Tn. RA menunjukkan keberhasilan awal dalam mengurangi frekuensi halusinasi pendengaran. Teknik ini memperkuat kemampuan pasien dalam mengarahkan perhatian, mengurangi distress, dan meningkatkan kontrol diri terhadap stimulus internal maladaptif. Temuan ini konsisten dengan literatur terbaru yang menekankan pentingnya intervensi psikososial berbasis kontrol atensi dalam menangani halusinasi pada pasien skizofrenia atau gangguan psikotik lainnya. Penerapan ATT pada kasus Tn. RA juga relevan dalam konteks keperawatan jiwa di Indonesia, karena intervensi ini dapat diterapkan secara rutin oleh perawat, bersifat non-farmakologis, dan melibatkan partisipasi aktif pasien dalam proses pemulihan. Dengan demikian, ATT merupakan teknik intervensi keperawatan yang efektif, aman, dan dapat dijadikan bagian dari asuhan keperawatan jiwa komprehensif, khususnya pada pasien yang mengalami halusinasi pendengaran. Untuk hasil yang berkelanjutan, perlu dilakukan latihan rutin, penguatan keluarga dan lingkungan, serta pemantauan jangka panjang untuk mencegah kekambuhan dan meningkatkan kualitas hidup pasien.

## KESIMPULAN

Hasil pengkajian menunjukkan pasien mengalami halusinasi pendengaran berupa bisikan dengan frekuensi tinggi dan respons perilaku yang sesuai stimulus internal. Data objektif meliputi kondisi gelisah, tekanan darah 119/74 mmHg, nadi 109 kali/menit, dan respirasi 20 kali/menit. Diagnosis keperawatan: Gangguan Persepsi Sensori – Halusinasi Pendengaran. Setelah penerapan Attention Training Technique (ATT) dan teknik menghardik suara selama dua hari, frekuensi halusinasi menurun, pasien mampu mengalihkan perhatian dari stimulus internal, serta meningkatkan keterlibatan sosial. Intervensi ATT terbukti efektif dalam mengurangi halusinasi pendengaran dan memperbaiki kontrol diri pasien. Rumah sakit diharapkan dapat lebih memperhatikan kondisi dan kebutuhan pasien dengan halusinasi pendengaran serta menyediakan fasilitas, pelatihan, dan intervensi non-farmakologis seperti *attention training technique* untuk mendukung pemulihan secara optimal.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada UPTD Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. V.L. Ratumbuang dan Prodi Profesi Ners, Fakultas Keperawatan, Universitas Pembangunan Indonesia Manado atas dukungan dan fasilitasi selama kegiatan asuhan keperawatan berlangsung. Diharapkan asuhan keperawatan ini dapat memberikan manfaat dalam meningkatkan penerapan intervensi non-farmakologis, seperti *attention training technique*, untuk mengurangi halusinasi pendengaran dan meningkatkan kualitas hidup pasien dengan gangguan jiwa.

## DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed., text rev.). American Psychiatric Publishing.
- Carter, K. E., & Wells, A. (2018). Effects of the attention training technique on auditory hallucinations in schizo-affective disorder: A single case study. *Case Reports in Psychiatry*, 2018, 1537237. <https://doi.org/10.1155/2018/1537237>
- Clark, D. A., Wells, A., & Papageorgiou, C. (2019). Attention training and cognitive control in patients with psychosis: A clinical study. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 33(2), 87–102. <https://doi.org/10.1891/0889-8391.33.2.87>
- Chiu, Y. H., Hsieh, C. J., & Lee, T. S. (2022). Art therapy for patients with schizophrenia: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7), 3921.
- Dewi, R. (2023). Strategi koping pasien skizofrenia terhadap halusinasi pendengaran: Studi deskriptif. *Jurnal Keperawatan Jiwa Indonesia*, 7(1), 25–33.
- Ersinidya, R., & Wahyuni, A. (2024). Tote bag painting therapy to improve self-efficacy among schizophrenia patients. *Journal of Mental Health Nursing Innovation*, 15(1), 45–53.
- Febrianti, A., Anggraini, D., & Lestari, M. (2024). Art drawing therapy to reduce auditory hallucinations in schizophrenia. *Indonesian Journal of Psychiatric Nursing*, 18(3), 210–218.
- Haeyen, S. (2021). Art therapy for psychosis: An integrative literature review. *The Arts in Psychotherapy*, 72, 101743.
- Herawati, D., & Afconneri, F. (2020). Gambaran karakteristik pasien skizofrenia berdasarkan jenis kelamin dan usia di Rumah Sakit Jiwa X. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(2), 45–52.

- Herlina, S. (2024). Pola halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia di Indonesia: Studi kuantitatif. *Jurnal Psikologi Klinis*, 11(1), 15–24.
- Kaligis, Y. A., & Keles, F. F. F. (2025). Evidence Based Practice penerapan expressive writing therapy dalam mengontrol halusinasi pada gangguan persepsi sensori: Halusinasi pendengaran. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Manado*, 4(2)
- Kaligis, Y., & Wardaningsih, S. (2023). Increasing Care for Patients with Mental Disorders Thought Community Empowerment: A Literature Review. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2). doi:<https://doi.org/10.30604/jika.v8i2.1831>
- Madani, M., Sabet, F. H., & Borjali, A. (2023). The effect of attentional avoidance, attentional focusing, and mindfulness on the frequency of voice-hearing and associated distress in people with schizophrenia: A randomized controlled trial. *Iran Journal of Psychiatry*, 18(2), 108–118. <https://doi.org/10.18502/ijps.v18i2.12361>
- Manado Post. (2025, Maret 15). RSJ Prof. Dr. V.L. Ratumbusang catat jumlah pasien rawat inap dan rawat jalan. *Manado Post*. <https://www.manadopost.id>
- Monei, R., Sulisty, H., & Wulandari, P. (2023). Efektivitas terapi attention training terhadap pengenalan halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia di RSJ Ratumbusang Manado. *Jurnal Keperawatan Jiwa Indonesia*, 6(2), 55–63.
- Nahar, S., Rahman, M., & Alam, M. (2022). Effectiveness of attention training technique on auditory hallucinations: A meta-analysis. *Asian Journal of Psychiatry*, 72, 103076. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2022.103076>
- Papageorgiou, C., & Wells, A. (2000). Attention training in the treatment of depression: A cognitive control approach. *Behaviour Research and Therapy*, 38(10), 983–991. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(99\)00131-6](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(99)00131-6)
- Prastiwi, R., & Apriliyani, D. (2025). Teknik menghardik sebagai strategi distraksi halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia: Studi kasus. *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*, 9(1), 15–23.
- Riskesdas. (2018). *Riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2018*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://www.kemkes.go.id>
- Swyer, R., Freeman, D., & Garety, P. (2020). Improving attention control in psychosis: Mechanisms and clinical implications. *Schizophrenia Research*, 222, 124–131. <https://doi.org/10.1016/j.schres.2020.07.005>
- Utami, I., Hidayati, R., & Wasniyati, N. (2024). Efektivitas terapi musik klasik dalam menurunkan frekuensi halusinasi pada pasien skizoafektif. *Jurnal Keperawatan Jiwa Indonesia*, 6(1), 35–44.
- Wijayanti, E., Putri, H., & Santoso, B. (2022). Art therapy through painting to improve social skills and reduce hallucinations in schizophrenia patients. *International Journal of Psychiatric Rehabilitation*, 29(2), 189–197.
- World Health Organization. (2022). *World mental health report: Transforming mental health for all*. WHO. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240060380>