



EFEKTIVITAS TERAPI OKUPASI MENGGAMBAR DALAM MENURUNKAN GEJALA HALUSINASI PENDENGARAN

Arsyifa Inneza Hermoko¹ Arif Widodo²

^{1,2}Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
arif.widodo@ums.ac.id

Abstrak

Halusinasi pendengaran merupakan gejala utama pada pasien skizofrenia yang dapat mengganggu perilaku dan interaksi sosial. Penatalaksanaan non-farmakologis seperti terapi okupasi menggambar dinilai efektif dalam menurunkan gejala halusinasi dan memperbaiki fungsi sosial pasien. Studi kasus ini bertujuan mengevaluasi efektivitas terapi okupasi menggambar dalam menurunkan gejala halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia yang dirawat di RSJD Dr. Arif Zainudin Surakarta. Metode karya tulis ilmiah ini menggunakan rancangan studi kasus dengan penerapan evidence based practice pada dua pasien skizofrenia dengan halusinasi pendengaran. Intervensi berupa terapi menggambar dilakukan selama tiga hari, tiga kali sehari, masing-masing berdurasi 5–10 menit. Hasil observasi menunjukkan penurunan frekuensi dan intensitas gejala halusinasi pada kedua subjek. Perilaku pasien menjadi lebih stabil, tidak lagi mondar-mandir atau berbicara sendiri, serta mampu membedakan realitas dan halusinasi. Kesimpulan Terapi okupasi menggambar efektif menurunkan gejala halusinasi pendengaran dan meningkatkan fungsi sosial serta kognitif pasien skizofrenia.

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

Abstract

Auditory hallucinations are the main symptoms in schizophrenia patients that can disrupt behavior and social interaction. Non-pharmacological management such as drawing occupational therapy is considered effective in reducing hallucination symptoms and improving patients' social functioning. Objective this case study aims to evaluate the effectiveness of drawing occupational therapy in reducing auditory hallucination symptoms in schizophrenia patients treated at RSJD Dr. Arif Zainudin Surakarta. Method this research used a case study design with evidence based practice implementation on two schizophrenia patients with auditory hallucinations. The intervention consisted of drawing therapy conducted for three days, three times a day, each session lasting 5–10 minutes. Observation results showed a reduction in the frequency and intensity of hallucination symptoms in both subjects. Patients' behavior became more stable, no longer pacing or talking to themselves, and were able to distinguish between reality and hallucinations. Conclusion drawing occupational therapy is effective in reducing auditory hallucination symptoms and improving social and cognitive functions in schizophrenia patients.

Keywords: *Drawing Occupational Therapy, Auditory Hallucination, Schizophrenia*

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2025

Corresponding author :

Address : Jl. A. Yani, Mendungan, Pabelan, Kec. Kartasura, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah 57162

Email : arif.widodo@ums.ac.id

PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa merupakan kondisi dimana individu mampu berkembang secara fisik, mental, spiritual dan social sehingga mempu mengatasi tekanan, memahami potensi diri dan melakukan kegiatan yang produktif serta mampu memberi kontribusi terhadap lingkungannya (Anjani et al., 2023). Akan tetapi gangguan jiwa menjadi tantangan besar dalam dunia kesehatan, khususnya pada skizofrenia yaitu salah satu gangguan jiwa berat yang berdampak pada emosi, perilaku dan pikiran secara signifikan (Wijayanti et al., 2022). Skizofrenia bukanlah penyakit tunggal, melainkan suatu proses penyakit yang melibatkan berbagai gejala, baik gejala positif seperti halusinasi dan delusi, maupun gejala negatif seperti afek datar, apatis, penarikan diri dari sosial, dan alogia (Hardani & Pratiwi, 2024).

Data RSJD Dr. Arif Zainudin Surakarta tahun 2020 menunjukkan jumlah pasien gangguan jiwa yang dirawat inap sebanyak 1.999 orang, dengan pasien halusinasi menduduki urutan pertama sebanyak 3.402 orang pada tahun 2021, meningkat menjadi 3.515 orang pada tahun 2022, dan pada April 2023 tercatat 30.445 pasien halusinasi (Cahyani et al., 2024).

Halusinasi pendengaran menjadi salah satu gejala utama yang sering muncul pada pasien dengan skizofrenia. Sebuah riset melaporkan bahwa 90% penderita skizofrenia mengalami halusinasi, dengan 70% di antaranya berupa halusinasi pendengaran, 20% halusinasi visual, dan 10% halusinasi yang melibatkan indera lainnya (Pradana et al., 2023). Halusinasi pendengaran merupakan gangguan persepsi sensori berupa merasakan suara atau ada bisikan yang kenyataannya tidak ada, sehingga mengganggu pasien hingga timbul marah bahkan melakukan tindakan berbahaya (Angriani et al., 2022). Pasien menjadi sering mendengar suara yang mengajak berbicara, memberi perintah, bahkan mengancam, sehingga pasien merasa terganggu (Wayan et al., 2021).

Penatalaksanaan pasien halusinasi dapat dilakukan secara farmakologi maupun non farmakologi. Salah satu terapi non farmakologi yang terbukti efektif adalah terapi okupasi, misalnya terapi okupasi menggambar (Akbar & Pratiwi, 2025). Terapi okupasi menggambar menjadi bentuk psikoterapi dengan media seni untuk dijadikan sarana komunikasi dengan tujuan mengalihkan fokus dan perhatian pasien dari dunianya yang tidak nyata, mengeluarkan pikiran, perasaan dan emosi yang selama ini mempengaruhi tingkah laku pasien serta sebagai media hiburan. Dengan aktivitas menggambar pasien menjadi lebih percaya diri, serta memperbaiki fungsi kognitif, afektif dan psikomotorik (Agusta et al., 2020).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Hardani & Pratiwi (2024), hasil studi kasus menunjukkan bahwa terapi okupasi menggambar terbukti mampu menurunkan frekuensi dan tingkat keparahan gejala halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia. Hasil pengkajian menunjukkan, pasien berbicara sendiri dan mondar-mandir, setelah diberikan terapi menggambar selama empat hari, tanda dan gejala halusinasi menurun secara signifikan. Pasien sudah tidak berjalan mondar-mandir, tidak berbicara terus-menerus, dan dapat membedakan yang nyata dan tidak nyata. Respon marah pasien juga membaik, tidak mudah tersinggung, dan tidak marah tanpa sebab lagi. Interaksi sosial pasien meningkat, pasien mau berbaur dengan teman sekamarnya, memiliki kontak mata saat diajak bicara, dan pandangan menghadap ke lawan bicara.

Berdasarkan uraian diatas, studi kasus ini bertujuan untuk mengkaji lebih lanjut efektivitas terapi menggambar dalam menurunkan gejala halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia, sebagai upaya peningkatan pelayanan kesehatan dibidang keperawatan jiwa di Indonesia.

METODE

Karya ilmiah ini menggunakan rancangan studi kasus (case study) dengan pemberian intervensi dari Evidence Based Nursing pada pasien skizofrenia dengan gangguan persepsi sensori halusinasi pendengaran di ruang Abimanyu RSJD Dr. Arif Zainuddin.

Penerapan evidence based practice ini berupa terapi okupasi menggambar. Subjek yang digunakan dalam studi kasus ini berjumlah 2 orang. Intervensi diberikan selama 3 kali sehari dengan durasi setiap latihan 5 – 10 menit dan dilakukan selama 3 hari. Pengukuran halusinasi pendengaran menggunakan pengisian lembar observasi dilakukan dengan memberikan tanda ceklist (✓).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penerapan, didapatkan gambaran umum subjek penerapan sebagai berikut

Subjek I Tn. F 21 tahun dengan diagnose medis skizofrenia dengan halusinasi pendengaran. Pasien mengatakan mendengar bisikan suara ketika pasien sendirian, suara itu kadang menyuruh pasien untuk marah dan mengajaknya bicara terus menerus, pasien mengatakan sudah beberapa kali dirawat di RSJD Surakarta. Alasan masuk RSJD karena pasien marah-marah dan mengamuk tanpa sebab, pasien mengatakan sering berdiam diri dirumah dan tidak mau berbaur dengan teman dan keluarga.

Subjek II Tn.A 35 tahun dengan diagnose medis skizofrenia tak terinci dengan halusinasi pendengaran. Pasien mengatakan ketika melamun sering mendengar suara yang mencaci maki pasien, serta memaksa pasien untuk mengamuk. Pasien mengatakan sudah berkali-kali dirawat di

RSJD Surakarta, pasien mengatakan awal masuk RSJD pada tahun 2013 karena mengamuk barang yang ada dirumahnya dan marah-marah.

Berikut perkembangan tanda gejala halusinasi pendengaran pada kedua subjek sebelum dan sesudah intervensi

Hasil Observasi

No	Aspek Penilaian Tanda Gejala	Sebelum		Sesudah	
		Tn.F	Tn.A	Tn.F	Tn.A
Kognitif					
1	Mendengar suara-suara	√	√	-	-
2	Melihat bayangan atau sinar	-	-	-	-
3	Menghidu bau-bauan (bunga, parfum, kemenyan, darah, feses, urin)	-	-	-	-
4	Merasakan rasa pahit, asam, asin dilidah	-	-	-	-
5	Merasakan sensasi tidak nyaman di perut	-	-	-	-
6	Ambivalen	-	-	-	-
7	Tidak dapat memfokuskan pikiran	-	√	-	-
8	Mudah lupa	√	-	√	-
9	Tidak mampu mengambil keputusan	-	-	-	-
10	Tidak mampu memecahkan masalah	-	-	-	-
11	Tidak dapat berpikir logis	√	-	-	-
12	Inkoheren	-	-	-	-
13	Disorientasi	-	√	-	-
14	Sirkumtansial	-	-	-	-
15	Flight of idea (ide yang melompat)	-	-	-	-
16	Mendengar suara hati	-	-	-	-
17	Blocking pikiran	-	-	-	-
18	Daya tilik diri jelek	-	-	-	-
Afektif					
19	Senang	-	-	-	-
20	Sedih	-	-	-	-
21	Merasa terganggu	-	-	-	-
22	Marah-marah	-	-	-	-
23	Ketakutan	-	-	-	-
24	Khawatir	-	-	-	-
25	Curiga	-	-	-	-
26	Merasa terbelenggu/terikat	-	-	-	-
27	Afek datar/tumpul	√	√	-	√
Fisiologis					
28	Sulit tidur	-	√	-	-
29	Kewaspadaan meningkat	-	-	-	-
30	Tekanan darah meningkat	-	-	-	-
31	Denyut nadi meningkat	-	-	-	-
32	Frekuensi nafas meningkat	-	-	-	-
33	Muka tegang	√	-	-	-
34	Keringat dingin	-	-	-	-
35	Pusing	-	-	-	-

36	Keletihan/kelelahan	-	-	-	-
Perilaku					
37	Bicara sendiri	-	✓	-	-
38	Tertawa sendiri	-	-	-	-
39	Menyerengai	-	-	-	-
40	Mengerakkan bibir/komat-kamit	✓	-	-	-
41	Diam sambil menikmati halusinasinya	-	-	-	-
42	Perilaku menyerang	-	-	-	-
43	Kurang mampu merawat diri	-	-	-	-
44	Perilaku mengikuti isi halusinasinya	-	-	-	-
45	Memalingkan muka ke arah suara	-	-	-	-
46	Menarik diri/menyendiri	✓	-	-	-
47	Penampilan sesuai	-	-	-	-
48	Bersikap seolah mendengar sesuatu	-	-	-	-
49	Mondar-mandir	✓	✓	-	✓
50	Melamun	✓	✓	✓	-
Sosial					
51	Tidak tertarik dengan kegiatan sehari-hari	-	-	-	-
52	Tidak mampu berkomunikasi secara spontan	-	-	-	-
53	Acuh terhadap lingkungan	✓	-	-	-
54	Tidak dapat memulai pembicaraan	-	-	-	-
55	Tidak dapat mempertahankan pembicaraan	✓	✓	✓	✓
56	Tidak dapat mempertahankan kontak mata	✓	✓	✓	-
Total Tanda dan Gejala Halusinasi		12	10	4	3

Penelitian ini dilakukan pada pasien skizofrenia dengan halusinasi pendengaran di ruang Abimanyu RSJD Dr. Arif Zainudin Surakarta. Subjek dalam penerapan ini adalah Tn.F dan Tn.A dengan diagnose skizofrenia. Penerapan ini dilakukan untuk mengevaluasi efektivitas terapi okupasi menggambar dalam menurunkan gejala halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia yang dirawat di RSJD Dr. Arif Zainudin Surakarta. Hasil penerapan pada Tn. F dan Tn. A, menunjukkan adanya perubahan signifikan dalam frekuensi dan intensitas gejala halusinasi pendengaran setelah intervensi terapi okupasi menggambar diberikan selama tiga hari, dengan tiga kali latihan per hari dan durasi setiap latihan 5–10 menit. Hasil penerapan ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa terapi okupasi menggambar terbukti efektif sebagai strategi non-farmakologis untuk mengontrol halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia (Hardani & Pratiwi, 2024).

Pada hasil pengkajian Tn.A dan Tn.F menunjukkan gejala khas halusinasi pendengaran seperti mendengar suara bisikan, merasa diajak bicara, emosi tidak stabil dan menghindari interaksi dengan orang lain. Kondisi ini menunjukkan bahwa halusinasi pendengaran

sangat memengaruhi perilaku dan interaksi sosial pasien.

Gangguan jiwa berat seperti skizofrenia menjadi tantangan besar dalam dunia kesehatan, terutama karena gejala positif seperti halusinasi dan delusi yang sering muncul pada pasien. Halusinasi pendengaran merupakan salah satu gejala utama yang paling sering ditemukan pada pasien skizofrenia, di mana pasien mengalami gangguan persepsi sensori berupa suara atau bisikan yang sebenarnya tidak ada (Luthfiah & Widodo, 2025). Gejala ini dapat menyebabkan pasien merasa terganggu, marah, bahkan melakukan tindakan berbahaya, sehingga penatalaksanaan yang tepat sangat diperlukan (Oktaviani et al., 2022). Selain terapi farmakologis, terapi non-farmakologis seperti terapi okupasi menggambar telah terbukti efektif dalam mengalihkan fokus dan perhatian pasien dari dunia halusinasinya (Cahyani et al., 2024).

Pada penelitian ini, penerapan terapi okupasi menggambar dilakukan selama tiga hari dengan tiga kali pertemuan setiap hari, masing-masing berdurasi 5–10 menit. Subjek pertama, Tn. F (21 tahun), dan subjek kedua, Tn. A (35 tahun), keduanya didiagnosis skizofrenia dengan halusinasi pendengaran. Sebelum intervensi, kedua subjek menunjukkan perilaku khas seperti berbicara sendiri, mondar-mandir, marah tanpa

sebab, dan menarik diri dari lingkungan sosial. Setelah intervensi, kedua pasien mengalami penurunan frekuensi dan intensitas gejala halusinasi, tidak lagi mondar-mandir, tidak berbicara sendiri secara terus-menerus, serta mampu membedakan antara realitas dan halusinasi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Pradana et al., 2023) yang membuktikan bahwa terapi menggambar efektif menurunkan tanda dan gejala halusinasi pendengaran pada dua subjek dalam penelitiannya, intervensi diberikan selama 7 hari.

Terapi okupasi menggambar tidak hanya menurunkan gejala halusinasi, tetapi juga meningkatkan fungsi sosial dan kognitif pasien (Pradana et al., 2023). Aktivitas ini memberikan ruang bagi pasien untuk mengekspresikan perasaan, meningkatkan kepercayaan diri, dan membangun hubungan sosial (Jatinandya & Purwito, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Fernanda et al (2025) menunjukkan bahwa kedua subjeknya yang diberi intervensi art therapy mengalami penurunan tanda dan gejala halusinasi sebesar 36,36%. Art therapy menggambar bebas mendukung orang untuk mengekspresikan emosinya melalui ekspresi artistic dan kreatif (Fernanda et al., 2025).

Selain itu, terapi okupasi menggambar juga dapat membantu pasien menjadi lebih percaya diri, belajar untuk mempercayai orang lain, dan membangun hubungan sosial (Cahyani, Soleman, & Purnomo, 2024). Aktivitas ini memberikan cara bagi penderita untuk mengekspresikan perasaan dan keadaan psikologisnya, sehingga pasien menjadi lebih ekspresif, konsentrasi, dan rileks (Cahyani et al., 2024).

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memperkuat bukti bahwa terapi okupasi menggambar efektif dalam menurunkan gejala halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia. Terapi ini tidak hanya membantu pasien mengontrol halusinasinya, tetapi juga meningkatkan kepercayaan diri, fungsi sosial, dan kualitas hidup pasien. Oleh karena itu, terapi okupasi menggambar sebaiknya diintegrasikan dalam program rehabilitasi pasien skizofrenia di rumah sakit jiwa.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil studi kasus pada dua subjek pasien skizofrenia dengan halusinasi pendengaran di RSJD Dr. Arif Zainudin Surakarta, penerapan terapi okupasi menggambar secara evidence based practice terbukti efektif dalam menurunkan gejala halusinasi pendengaran. Intervensi berupa terapi menggambar yang dilakukan selama tiga hari, dengan tiga kali latihan per hari masing-masing berdurasi 5–10

menit, memberikan dampak signifikan berupa penurunan frekuensi dan intensitas gejala halusinasi. Kedua subjek mengalami perbaikan perilaku, tidak lagi mondar-mandir atau berbicara sendiri secara terus-menerus, serta mampu membedakan realitas dan halusinasi. Selain itu, terapi ini juga meningkatkan kepercayaan diri, fungsi sosial, dan kognitif pasien. Dengan demikian, terapi okupasi menggambar sebaiknya diintegrasikan dalam program rehabilitasi pasien skizofrenia di rumah sakit jiwa untuk meningkatkan kualitas hidup pasien dan pelayanan kesehatan jiwa secara holistik.

DAFTAR PUSTAKA

- Agusta, D., Yunitasari, P., Istiqomah, Sulistyowati, E. T., & Putri, N. A. (2020). Penerapan Terapi Okupasi Menggambar Pada Pasien Halusinasi Pendengaran. *Indonesian Journal of Nursing and Health Sciences*, 1(1), 37–48.
- Akbar, F. A., & Pratiwi, A. (2025). The effect of batik occupational therapy on reducing hallucination symptoms in schizophrenia patients. *Science Midwifery*, 12(6), 2721–9453. www.midwifery.iocspublisher.org Journal homepage:www.midwifery.iocspublisher.org
- Angriani, S., Rahman, R., Mato, R., & Fauziah, A. (2022). Studi Literatur Teknik Menghardik Pada Pasien Halusinasi Pendengaran. *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 13(2), 155. <https://doi.org/10.32382/jmk.v13i2.3013>
- Anjani, E. N., Reknoningsih, W., & Soleman, S. R. (2023). Penerapan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Terhadap Penurunan Tingkat Halusinasi Pendengaran Pada Pasien Skizofrenia Di RSJD Dr. RM Soedjarwadi Klaten Wahyu Reknoningsih. *Jurnal Ventilator: Jurnal Riset Ilmu Kesehatan Dan Keperawatan*, 1(3), 99–107.
- Cahyani, R., Soleman, S. R., & Purnomo, L. (2024). OPTIMALISASI INTERVENSI TERAPI OKUPASI AKTIVITAS MENGGAMBAR TERHADAP PERUBAHAN PERSEPSI SENSORI PADA PASIEN HALUSINASI DI RSJD. ARIF ZAINUDIN SURAKARTA. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 3(7).
- Fernanda, S. R., Fitri, N. L., & Hasanah, U. (2025). PENERAPAN ART THERAPY MENGGAMBAR BEBAS TERHADAP TANDA DAN GEJALA PASIEN GSP: HALUSINASI PENDENGARAN DI RSJ. DAERARH PROVINSI

- LAMPUNG. *Jurnal Cendekia Muda*, 5(1).
- Hardani, M. R., & Pratiwi, A. (2024). Terapi Menggambar Pada Pasien Skizofrenia Sebagai Strategi Untuk Mengontrol Halusinasi Pendengaran: *Jurnal Ilmiah Kesehatan Mandira Cendikia*, 3(4), 20–28. <https://journal-mandiracendikia.com/index.php/JIK-MC/article/view/1105>
- Irfana tri wijayanti, baharika suci dwi aningsih, naomi parmila hesti, syahrida wahyu utami, wiwit desi intarti, bd. ulin nafiah, nur cahyani ari lestari, amanda via maulinda, & romala kurnia dewi. (2022). *Buku Ajar ASKEB pada Persalinan*.
- Luthfiah, R., & Widodo, A. (2025). KAJIAN ASUHAN KEPERAWATAN JIWA PADA TN. S DENGAN SKIZOFRENIA TAK TERINCI DI RSJD DR. ARIF ZAINUDIN SUKOHARJO. *Jurnal Ners*, 9(1). <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- Oktaviani, S., Hasanah, U., & Utami, I. T. (2022). Penerapan terapi Menghardik Dan Menggambar pada Pasien Halusinasi Pendengaran. *Journal Cendekia Muda*, 2(September), 407–415.
- Pradana, V. W., Dewi, N. rRsa, & Fitri, N. L. (2023). Penerapan Terapi Okupasi Menggambar Terhadap Tanda dan Gejala Pasien Halusinasi Pendengaran di Ruang Kutilang RSJD Provinsi Lampung. *Jurnal Cendekia Muda*, 3(1), 149–154.
- Wayan, I., Ni, C., Rikayanti, K., Ketut, I., Jurusan, S., Politeknik, K., & Denpasar, K. (2021). Terapi Okupasi Aktivitas Menggambar Terhadap Perubahan Halusinasi Pada Pasien Skizofrenia. *Jurnal Gema Keperawatan*, 7(2), 124–129.