



## PENERAPAN ART THERAPY MENGANYAM PADA PENDERITA HALUSINASI SKIZOFRENIA

Alfi Mardiyah<sup>1</sup> Arif Widodo<sup>2</sup> 

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta<sup>1</sup>  
Departemen Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta<sup>2</sup>  
arif.widodo@ums.ac.id

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi penerapan art therapy dengan teknik menganyam sebagai intervensi bagi penderita halusinasi pada skizofrenia. Desain yang digunakan adalah studi kasus kualitatif, di mana data dikumpulkan melalui wawancara terstruktur dan observasi langsung terhadap dua pasien yang dirawat di Rumah Sakit Jiwa Dr. Arif Zainudin Surakarta. Data dianalisis menggunakan Auditory Hallucinations Rating Scale (AHRS) untuk mengukur intensitas halusinasi pendengaran. Hasil penelitian menunjukkan penurunan skor AHRS yang signifikan, yaitu dari 18 menjadi 12 untuk responden 1, dan dari 14 menjadi 11 untuk responden 2. Penurunan ini mengindikasikan efektivitas teknik menganyam dalam mengurangi gejala halusinasi. Selain itu, art therapy juga memberikan saluran aman bagi pasien untuk mengekspresikan pikiran dan perasaan mereka, yang merupakan aspek penting dalam proses penyembuhan. Temuan ini menyiratkan bahwa art therapy dapat menjadi alternatif berharga dalam pendekatan terapeutik untuk gangguan mental berat, khususnya skizofrenia. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan intervensi terapeutik di bidang kesehatan mental di Indonesia.

**Kata Kunci:** Art Therapy, Halusinasi, Menganyam, Skizofrenia.

### Abstract

*This study aims to explore the application of art therapy utilizing weaving techniques as an intervention for patients experiencing auditory hallucinations in schizophrenia. A qualitative case study design was employed, where data were collected through structured interviews and direct observations of two patients treated at Dr. Arif Zainudin Mental Hospital in Surakarta. Data were analyzed using the Auditory Hallucinations Rating Scale (AHRS) to measure the intensity of auditory hallucinations. The results showed a significant reduction in AHRS scores, from 18 to 12 for respondent 1, and from 14 to 11 for respondent 2. This reduction indicates the effectiveness of the weaving technique in alleviating hallucination symptoms. Additionally, art therapy provides a safe outlet for patients to express their thoughts and feelings, which is an essential aspect of the healing process. These findings suggest that art therapy could be a valuable alternative in the therapeutic approach for severe mental disorders, particularly schizophrenia. This research is expected to contribute to the development of therapeutic interventions in the field of mental health in Indonesia.*

**Keywords:** Art Therapy, Hallucination, Weaving, Schizophrenia.

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2026

\* Corresponding author :

Address : Jl. A. Yani, Mendungan, Pabelan, Kec. Kartasura, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah 57169  
Email : arif.widodo@ums.ac.id  
Phone : +62 85855482064

## PENDAHULUAN

Gangguan jiwa, yang dikenal sebagai Orang dengan Masalah Kejiwaan (ODMK), melibatkan individu yang menghadapi kesulitan dalam aspek fisik, mental, dan sosial. Hal ini berpotensi meningkatkan risiko berkembangnya gangguan jiwa yang lebih serius. Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) adalah individu yang mengalami gangguan dalam proses berpikir, perilaku, dan perasaan, yang berdampak signifikan pada kualitas hidup mereka (Pradana et al., 2023).

Skizofrenia merupakan salah satu contoh gangguan jiwa berat, ditandai dengan gangguan mendalam dalam berpikir, persepsi, dan emosi (Fatih et al., 2025; Luthfiyasha et al., 2025; Windarsyah et al., 2017). Menurut World Health Organization (WHO), sekitar 23 juta orang di dunia mengalami skizofrenia, dengan prevalensi sebesar 0,29%. Data Dinas Kesehatan tahun 2020 menunjukkan bahwa hanya 58,9% ODGJ di Indonesia yang menerima layanan kesehatan mental. Capaian tertinggi layanan kesehatan mental dilaporkan di Kepulauan Bangka Belitung (98%) dan Sulawesi Tengah (97,6%), sedangkan Jawa Barat dan Jawa Tengah memiliki capaian terendah (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Meskipun banyak penelitian menunjukkan efektivitas art therapy metode yang menggabungkan medium seni untuk mengekspresikan diri dan mengatasi masalah emosional dalam meningkatkan kesehatan mental, masih terdapat kekurangan dalam penerapan dan strategi intervensi yang tepat bagi ODGJ (Febrianti et al., 2025). Penelitian-penelitian terkini menunjukkan bahwa teknik menganyam dalam art therapy dapat menarik perhatian peserta dan memberikan ruang aman untuk mengekspresikan pikiran dan perasaan, khususnya bagi individu dengan skizofrenia (Agusta et al., 2024; Fekaristi et al., 2021; Ningrum & Pamela, 2022; Susanti et al., 2024).

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi penerapan art therapy dengan teknik menganyam sebagai metode intervensi bagi penderita halusinasi skizofrenia, dengan fokus pada pengurangan gejala dan peningkatan kualitas hidup pasien. Harapan dari penelitian ini adalah memberikan kontribusi yang signifikan dalam pendekatan terapeutik terhadap penanganan gangguan mental, khususnya dalam konteks kesehatan mental di Indonesia.

## METODE

Penelitian ini mengadopsi desain studi kasus kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Data dikumpulkan menggunakan instrumen *Auditory Hallucinations Rating Scale* (AHRS), yang dirancang khusus untuk mengukur intensitas dan frekuensi halusinasi pendengaran pada peserta. Data diperoleh melalui wawancara terstruktur dan

observasi langsung selama sesi terapi. Semua partisipan telah memberikan persetujuan tertulis sebelum berpartisipasi dalam penelitian.

Dalam penelitian ini, populasi terdiri dari dua kasus, yaitu pasien peserta terapi kelompok yang mengalami halusinasi pendengaran dan dirawat di Bangsal Larasati Rumah Sakit Jiwa Dr. Arif Zainudin Surakarta. Kriteria inklusi yang digunakan dalam penelitian ini adalah: Pasien yang didiagnosis menderita skizofrenia tak terinci dengan halusinasi pendengaran menurut catatan rekam medis; Usia pasien antara 25 hingga 50 tahun; Partisipan bersedia mengikuti seluruh rangkaian terapi aktivitas kelompok art therapy dengan teknik menganyam; Kemampuan pasien untuk mengikuti aktivitas menganyam selama sesi terapi. Sementara itu, kriteria eksklusi mencakup: Pasien dalam fase akut atau mengalami agitasi berat; Pasien dengan gangguan kognitif berat yang mempengaruhi kemampuan mereka dalam mengendalikan halusinasi.

Intervensi art therapy menggunakan teknik menganyam terdiri dari empat sesi, masing-masing berdurasi 60 menit. Setiap sesi dilakukan di ruang terapi yang nyaman dan tenang, dengan suasana yang mendukung kreativitas. Materi yang digunakan mencakup berbagai jenis kertas berbagai warna dan alat menganyam yang mudah diakses. Sesi terapi difasilitasi oleh peneliti yang memandu pasien melalui tahapan aktivitas menganyam, termasuk pengenalan bahan, teknik dasar, dan anjuran untuk mengekspresikan diri melalui karya seni tersebut.

Instrumen AHRS digunakan untuk menilai intensitas dan frekuensi halusinasi pendengaran. Skor yang diperoleh dari AHRS berkisar antara 0 (tidak ada halusinasi) hingga 30 (halusinasi sangat berat). Penilaian dilakukan dengan meminta pasien untuk melaporkan pengalaman mereka mengenai halusinasi, yang dinilai berdasarkan frekuensi dan intensitas. Perubahan skor dapat diinterpretasikan sebagai penurunan atau peningkatan gejala halusinasi. Validitas instrumen ini diuji dan disesuaikan oleh ahli dalam bidang kesehatan mental, serta mengikuti standar psikometri untuk memastikan reliabilitas pengukuran.

Data yang dikumpulkan dari instrumen AHRS akan dianalisis menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif untuk menghitung nilai dan selisih skor pre-post, disertai dengan narasi kualitatif dari observasi pengalaman pasien. Hasil analisis ini akan memberikan gambaran menyeluruh mengenai efek art therapy pada pengurangan gejala halusinasi.

Penelitian ini telah melalui proses persetujuan oleh Rumah Sakit Jiwa Dr. Arif Zainudin Surakarta dan semua partisipan menandatangani informed consent yang menjelaskan tujuan penelitian, prosedur, serta hak mereka untuk mengundurkan diri kapan saja tanpa konsekuensi.

Dengan pendekatan yang terencana dan prosedur yang sistematis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang berarti mengenai efektivitas terapi seni dalam membantu pasien skizofrenia dalam mengatasi gejala halusinasi pendengaran, serta kontribusi yang lebih luas terhadap pengembangan intervensi terapeutik di bidang kesehatan mental.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menghasilkan data yang menyajikan gambaran perkembangan gejala halusinasi pada dua responden yang menjalani art therapy dengan teknik menganyam. Hasil pengamatan selama sesi terapi ditampilkan dalam bentuk tabel di bawah ini:

Tabel 1. Pre dan Post AHRS Responden

Responden	Skor		Penurunan Skor
	Pre	Post	
1	18	12	6
2	14	11	3

Tabel di atas menunjukkan bahwa kedua responden mengalami penurunan skor yang menunjukkan pengurangan gejala halusinasi setelah mengikuti program terapi. Responden 1 menunjukkan penurunan dari 18 menjadi 12, sedangkan responden 2 dari 14 menjadi 11. Penurunan ini menandakan perubahan yang bermakna secara klinis dalam pengendalian halusinasi.

Tabel 2. Perkembangan Gejala Harian Responden 1

Tanda dan Gejala	Hari ke-1		Hari ke-2		Hari ke-3	
	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post
Mendengarkan suara bisikan	√	-	-	-	-	-
Merasakan sesuatu melalui bisikan	-	-	-	-	-	-
Menyatakan kesal	√	-	-	-	-	-
Distorsi sensori	√	√	√	√	√	√
Respon tidak sesuai	√	√	√	-	-	-
Bersikap seolah mendengarkan suara	√	√	√	√	√	√
Disorientasi waktu, tempat, orang	√	√	-	-	-	-
Curiga	√	-	√	-	√	-
Melihat ke arah tertentu	√	√	√	-	√	-
Mondar-mandir	√	-	-	-	-	-
Berbicara sendiri	√	√	√	-	-	-
Jumlah	10	5	6	2	4	2
Selisih	6	4	2			

Berbicara sendiri	√	-	-	-	-	-
Jumlah	10	6	7	4	4	3
Selisih	4		3		1	

Tabel 3. Perkembangan Gejala Harian Responden 2

Tanda dan Gejala	Hari ke-1		Hari ke-2		Hari ke-3	
	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post
Mendengarkan suara bisikan	√	-	√	-	-	-
Merasakan sesuatu melalui bisikan	-	-	-	-	-	-
Menyatakan kesal	-	-	-	-	-	-
Distorsi sensori	√	√	√	√	√	√
Respon tidak sesuai	√	√	√	-	-	-
Bersikap seolah mendengarkan suara	√	√	√	√	√	√
Disorientasi waktu, tempat, orang	√	√	-	-	-	-
Curiga	√	-	√	-	√	-
Melihat ke arah tertentu	√	√	√	-	√	-
Mondar-mandir	√	-	-	-	-	-
Berbicara sendiri	√	√	√	-	-	-
Jumlah	10	5	6	2	4	2
Selisih	6	4	2			

Berdasarkan analisis deskriptif kuantitatif pada tabel di atas, terjadi penurunan skor AHRS dan jumlah gejala yang konsisten pada kedua responden. Penurunan skor kuantitatif yang didukung oleh perubahan perilaku positif dalam narasi kualitatif ini membuktikan bahwa *art therapy* menganyam adalah alternatif intervensi yang efektif untuk pasien skizofrenia dengan halusinasi pendengaran.

Hasil penelitian ini memperlihatkan perubahan positif yang konsisten terkait dengan penurunan gejala halusinasi setelah penerapan art therapy dengan teknik menganyam. Penurunan skor di tabel 1 menggambarkan pengaruh positif intervensi terhadap pengurangan gejala halusinasi. Misalnya, penurunan skor dari 18 menjadi 12 untuk responden 1 mengindikasikan pengurangan yang bermakna secara klinis, yang dapat diartikan bahwa pasien lebih mampu mengontrol halusinasi setelah terlibat dalam kegiatan menganyam yang bersifat kreatif.

Teoritis, art therapy menggunakan teknik menganyam sebagai bentuk komunikasi non-verbal (Safitri et al., 2025). Proses kreatif ini memungkinkan pasien untuk mengekspresikan diri

dan merelaksasi pikiran, yang dapat mengalihkan perhatian dari halusinasi yang dialami. Pendekatan ini sangat kontekstual dalam ranah keperawatan jiwa di Indonesia, di mana kebutuhan akan metode terapi alternatif semakin mendesak (Harniati & Dinni, 2024).

Namun, penelitian ini memiliki keterbatasan yang perlu dicatat. Pertama, jumlah kasus yang dianalisis sangat kecil (hanya dua responden), yang membatasi generalisasi hasil. Tanpa kelompok kontrol, sulit untuk menentukan efek khusus dari intervensi ini. Selain itu, durasi intervensi yang singkat mengurangi kekuatan analisis terhadap hasil jangka panjang. Potensi bias observasi juga menjadi tantangan, karena penilaian didasarkan pada pengamatan langsung selama sesi terapi.

## SIMPULAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan terhadap dua peserta terapi art dengan teknik menganyam, dapat disimpulkan bahwa intervensi ini menunjukkan perubahan yang bermakna secara klinis dalam mengurangi gejala halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia. Penurunan skor pada Auditory Hallucinations Rating Scale (AHRS) serta perkembangan gejala harian menunjukkan potensi art therapy sebagai metode alternatif dalam intervensi keperawatan jiwa. Namun, temuan ini bersifat awal dan eksploratif, mengingat desain studi yang terbatas pada dua kasus. Oleh karena itu, perlu diingat bahwa hasil ini tidak dapat digeneralisasi untuk populasi yang lebih luas.

Implikasi bagi praktik keperawatan meliputi pentingnya penerapan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) art therapy dengan teknik menganyam di lingkungan keperawatan jiwa, yang dapat memberikan pendekatan non-verbal yang efektif dalam membantu pasien mengekspresikan diri dan mengatur halusinasi mereka. Selain itu, disarankan agar penelitian selanjutnya dilakukan dengan desain kuasi-eksperimen menggunakan sampel yang lebih besar dan beragam, agar dapat menghasilkan data yang lebih kuat dan generalisabel mengenai efektivitas art therapy dalam konteks kesehatan mental di Indonesia.

## DAFTAR PUSTAKA

Agusta, D., Yunitasari, P., Istiqomah, Sulistyowati, E. T., & Putri, N. A. (2024). Penerapan Terapi Okupasi Menggambar Pada Pasien Halusinasi Pendengaran. *Indonesian Journal of Nursing and Health Sciences*, 5(2746–5500), 13–20. <https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/210/121>

Fatih, A., Anwar, N., Oktaviana, W., & Wiyono, E. (2025). TAK Distraksi Sebagai Upaya Penurunan Tingkat Halusinasi Pendengaran Pasien Skizofrenia Tak Terinci. *Jurnal Ners*,

- 9(1), 305–311. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jn.v9i1.33302>
- Febrianti, N. D., Anggraini, R. B., & Lestari, I. P. (2025). Pengaruh Art Drawing Therapy Terhadap Pengontrolan Halusinasi Pasien Skizofrenia di Rumah Sakit Dr. Samsi Jacobalis Provinsi Bangka Belitung Tahun 2024. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6, 9023–9029. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/download/45774/29464>
- Fekaristi, A. A., Hasanah, U., & Inayati, A. (2021). Art Therapy Melukis Bebas Terhadap Perubahan Halusinasi Pada Pasien Skizofrenia. *Jurnal Cendekia Muda*, 1(2807–3649), 262–269. <https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/210/121>
- Harniati, Y., & Dinni, S. M. (2024). Intervensi Art Therapy untuk Meningkatkan Self Esteem pada Pasien Dewasa Skizofrenia Paranoid. *Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 14, 336–347. <https://doi.org/Intervention; Self Esteem; Art Therapy; Paranoid Schizophrenic; Adults>
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Health Statistics & Health Information Systems. In *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia* (2020th ed., Vol. 1, Issue 4). Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. <https://doi.org/10.1080/09505438809526230>
- Luthfiyasha, F. F., Oktaviana, W., & Su'ib, A. (2025). Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Persepsi Sensori dan Express Feeling Terhadap Penurunan Tingkat Halusinasi Pendengaran. *Jurnal Ners*, 9(2580–2194), 3321–3326. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/32966>
- Ningrum, N. N., & Pamela, A. W. (2022). Art of Therapy Melalui Proses Kreatif Menggambar Untuk Meningkatkan Rasa Tanggung Jawab Pada Anak Usia 4-5 Tahun. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 22(1), 1–11. <https://doi.org/https://doi.org/10.17509/jpp.v22i1.45692>
- Pradana, V. W., Dewi, N. R., & 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. <https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/download/451/286>
- Safitri, N. B., Arfianto, M. A., & Abdillah, W. (2025). Art therapy as a nursing intervention for people with schizophrenia. *Journal of Mental Health Concern*, 4(4), 255–263. <https://doi.org/10.56922/mhc.v4i4.1805>
- Susanti, Y., Virgo, G., & Simatupang, T. (2024). Terapi Menggambar Bebas Terhadap Pasien

- Halusinasi di Ruangan Mandau 1 Rumah Sakit Jiwa Tampan Provinsi Riau. *Indonesian Journal of Science*, 1(3), 349–359.
- Windarsyah, Khatimi, H., & Maulana, R. (2017). Sistem Pakar Diagnosa Jenis Gangguan Jiwa Skizofrenia Menggunakan Kombinasi Metode Forward Chaining dan Certainty Factor. *JTIULM*, 02(2), 21–28. <https://doi.org/10.20527/jtiulm.v2i2.20>