

Pendampingan Peningkatan Keterampilan Pasien Halusinasi Pendengaran Melalui Teknik Distraksi Menghardik Di RSKD Dadi Makassar

Kamriana¹, Salmah Arafah², Dewiyanti³, Alwi⁴, Ernawati⁵, Dina Oktaviana⁶

^{1,2,3,4,5,6}STIKES Tanawali Takalar

kamrianaria@gmail.com

ABSTRAK

Gangguan jiwa merupakan suatu fenomena yang terus mengalami peningkatan yang sangat signifikan, dan setiap tahun diberbagai belahan dunia jumlah penderita gangguan jiwa semakin bertambah. Diperkirakan jumlah penderita gangguan jiwa di dunia kurang lebih 450 juta orang, dengan perkiraan 10% orang dewasa, dan 25% di usia tertentu seseorang diprediksi akan mengalami gangguan jiwa, dan 135 juta diantaranya mengalami halusinasi. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi tentang mengendalikan halusinasi pendengaran melalui Teknik distraksi menghardik. Kegiatan dilakukan di RSKD Dadi Makassar selama dua kali dengan durasi 30 menit, terdiri dari sesi pembukaan, sesi mengidentifikasi halusinasi dan latihan menghardik, dan sesi evaluasi serta tindak lanjut. Pendampingan stimulasi sensori melalui teknik distraksi menghardik diberikan dengan permainan bisik kata dan mengidentifikasi suara. Hasil dan kesimpulan kegiatan pengabdian ini adalah sangat baik dimana pasien mampu mengidentifikasi stimulus sensori yang diberikan. Pasien juga mampu mengidentifikasi halusinasinya dan melakukan cara menghardik halusinasi yang benar. Pelaksanaan pendampingan ini sebaiknya rutin dilakukan untuk mengontrol halusinasi pasien.

Kata Kunci: *Halusinasi Pendengaran, Teknik Distraksi Menghardik, Pendampingan.*

ABSTRACT

Mental disorders are a phenomenon that continues to experience a very significant increase, and every year in various parts of the world the number of people suffering from mental disorders is increasing. It is estimated that the number of people suffering from mental disorders in the world is approximately 450 million people, with an estimated 10% of adults and 25% of people at a certain age who are predicted to experience mental disorders, and 135 million of them experience hallucinations. This activity aims to provide education about controlling auditory hallucinations through rebuking distraction techniques. The activity was carried out at RSKD Dadi Makassar twice with a duration of 30 minutes, consisting of an opening session, a session on identifying hallucinations and rebuke training, and an evaluation and follow-up session. Accompanying sensory stimulation through rebuking distraction techniques is provided with games of whispering words and identifying sounds. The results and conclusions of this service activity were very good where the patient was able to identify the sensory stimuli given. Patients are also able to identify their hallucinations and use the correct method to rebuke them. This assistance should be carried out routinely to control the patient's hallucinations.

Keywords: *Auditory Hallucinations, Rebuke Distraction Techniques, Assistance.*

PENDAHULUAN

Halusinasi pendengaran merupakan sebuah gangguan pada stimulasi pendengaran seseorang. Pasien akan mendengar suara-suara yang pada umumnya berupa bisikan, ejekan, menertawakan, ancaman, serta sebuah perintah untuk melakukan sesuatu yang dapat membahayakan diri sendiri ataupun orang lain yang ada di sekitar. (Apriliani, Y., & Widiyani, E., 2020). Halusinasi memiliki sebuah karakteristik yaitu mendengar suara ataupun kebisingan yang biasanya berupa perintah untuk melakukan sesuatu yang membahayakan ataupun mengancam keselamatan pasien ataupun orang disekitarnya (Sutinah, S., Harkomah, I & Saswati, N., 2020)

Diperkirakan jumlah penderita gangguan jiwa di dunia kurang lebih 450 juta orang, dengan perkiraan 10% orang dewasa, dan 25% di usia tertentu seseorang diprediksi akan mengalami gangguan jiwa, dan 135 juta diantaranya mengalami halusinasi (Dearossi Hani Khoirunissa & Ni Made Sukartini., 2020) . Di Indonesia sendiri penduduk Indonesia yang diperkirakan menderita gangguan jiwa sebesar 2-3% dari populasi, yaitu 1 sampai 1,5 juta jiwa diantaranya mengalami halusinasi. Hal ini akan

tumbuh sampai 25% dari total populasi didunia pada tahun 2030 (Karundeng, Y., dkk. 2020). Latihan yang dapat dilakukan salah satunya adalah Teknik distraksi. Teknik menghardik merupakan salah satu teknik distraksi pengalihan terhadap stimuli halusinasi yang dialami pasien yang dapat dilakukan secara mandiri tanpa melibatkan orang lain (Laraia, S. 2018) Pasien perlu diberikan latihan bimbingan untuk melakukan teknik menghardik ini sehingga hasilnya akan optimal, dimana keberhasilan ini akan meningkatkan harga diri pasien karena bangga dan puas dapat menyelesaikan masalahnya tanpa bantuan orang lain. (Delima Fitri Hapsari, & Azhari, N. K., 2020).

Dampak perilaku pasien yang mengalami halusinasi adalah kehilangan kontrol dirinya. Pasien akan panik dan perilakunya dikendalikan oleh halusinasinya. (Pratiwi, Murni & Setiawan, Heri, 2018). Dalam situasi ini pasien dapat melakukan percobaan bunuh diri, membunuh orang lain, dan juga merusak lingkungan (Dearossi Hani Khoirunissa & Ni Made Sukartini, 2020) Untuk mengatasi hal tersebut dibutuhkan penanganan halusinasi dengan segera dan tepat dengan langkah utama adalah membina hubungan saling percaya melalui

komunikasi dengan pasien halusinasi (Sepalanita, W dan Khairani, W. 2018). Upaya yang dapat dilakukan untuk menangani pasien halusinasi adalah dengan melakukan tindakan keperawatan yaitu membantu pasien mengidentifikasi halusinasi, isi halusinasi, waktu terjadi halusinasi, frekuensi terjadinya halusinasi, situasi yang menyebabkan halusinasi muncul dan respon pasien ketika halusinasi muncul. Pasien juga perlu dilatih mengontrol halusinasinya melalui strategi pelaksanaan halusinasi yakni menghardik halusinasi, bercakap-cakap dengan orang lain, melakukan aktivitas yang terjadwal serta meminum obat dengan teratur (Sutinah, S., Harkomah, I & Saswati, N. 2020)

Berdasarkan hasil pengkajian yang ditemukan bahwa masalah utama pasien halusinasi yang dirawat di RSKD Dadi Makassar yang diidentifikasi adalah belum mampunya pasien mengontrol halusinasinya. Kondisi tersebut melatar belakangi urgensi pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Pendampingan serta edukasi terhadap pasien halusinasi diperlukan agar mereka mampu memperbaiki kondisi kejiwaannya.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini meliputi perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi. Pada tahap perencanaan, dilakukan kegiatan (1) survey mitra dan perijinan kesediaan mitra, (2) penyusunan rencana pelaksanaan kegiatan pengabdian, serta (3) persiapan pengabdian. Tim pelaksana PkM melakukan survey terhadap pasien Halusinasi Pendengaran yang dirawat inap di RSKD Dadi Makassar. Masalah utama yang terjadi adalah upaya mengontrol halusinasi yang belum mampu diterapkan oleh pasien. Beberapa pasien tampak berkumpul dan berkomunikasi, namun terdapat juga pasien yang hanya berbaring di tempat tidur, ada juga yang menyendiri, senyum sendiri dan berbicara sendiri serta mondar mandir. Tim PkM menyusun rencana pelaksanaan terapi aktivitas kelompok, yakni terapi modalitas paling efektif untuk meningkatkan kemampuan mengontrol halusinasi pada pasien halusinasi, melalui stimulasi sensori. Persiapan kegiatan melalui pemilihan peserta terapi, yakni pasien halusinasi yang telah dirawat inap ulang akibat kekambuhan dalam satu tahun terakhir, terdiri dari enam orang. Pelaksana PkM terdiri dari tim Dosen dan Mahasiswa

STIKES Tanawali Takalar bekerjasama dengan tim RSKD Dadi Makassar. Kegiatan ini dilaksanakan dua kali dengan durasi maksimal 30 menit. Alat yang digunakan adalah pengeras suara, alat tulis, beberapa kertas untuk menggambar, speaker set, kursi dan meja. Pada tahap pelaksanaan, tim PkM melakukan kegiatan pendampingan peningkatan keterampilan teknik distraksi menghardik pada pasien halusinasi melalui dua sesi yakni (1) mengidentifikasi halusinasi, isi, waktu dan respon pasien saat terjadi halusinasi, (2) latihan menghardik halusinasi. Pendampingan dilakukan dalam bentuk mengajarkan cara mengidentifikasi halusinasi dan berlatih cara menghardik halusinasi. Pada tahap evaluasi dilakukan (1) evaluasi secara kuantitatif dan kualitatif serta (2) tindak lanjut kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pendampingan peningkatan keterampilan pasien halusinasi pendengaran Melalui teknik distraksi menghardik dilakukan pada tanggal 15 dan 18 April 2024 pukul 10.00 – 10.30 Wita Di RSKD Dadi Makassar. Kegiatan terdiri dari sesi pembukaan, sesi terapi dan sesi penutupan. Pada sesi pembukaan, yakni mengucapkan salam terapeutik, memperkenalkan diri dan mempersilahkan

pasien juga memperkenalkan diri mereka satu per satu. Terapis terbagi menjadi leader, coleader, fasilitator serta observer. Leader berperan sebagai pemimpin terapi aktivitas kelompok, membuka dan menutup kegiatan serta bertanggung jawab penuh terhadap pelaksanaan kegiatan. Co leader bertugas sebagai wakil leader yang menjelaskan tata tertib pelaksanaan terapi sekaligus memandu kegiatan. Sementara fasilitator memiliki fungsi sebagai orang yang bertanggung jawab dalam memfasilitasi pelaksanaan kegiatan termasuk mendampingi pasien selama kegiatan berlangsung. Observer bertugas melakukan observasi kepada pasien selama pelaksanaan kegiatan terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris. Setelah pembukaan dan perkenalan, pasien dibagi menjadi tiga kelompok yang terdiri dari dua orang per kelompok. Pemilihan anggota kelompok dipandu oleh co leader, dengan permainan giring bola. Pasien bersama dengan terapis menyanyikan yelyel yang telah dipelajari sebelumnya. Sesi pertama terapi diawali dengan permainan berbisik kata. Tiap anggota kelompok berbaris dan peserta pertama tiap kelompok maju untuk melihat kata yang akan dibisikkan kepada peserta berikutnya. Dalam hal ini, tujuannya

adalah untuk memusatkan perhatian dan stimulasi sensori pada pasien halusinasi. Sesuai dengan pernyataan (Ibrahim & Devesh, 2019) bahwa secara tanpa disadari, perhatian pasien tidak lagi terfokus pada halusinasi tetapi beralih kepada stimulasi sensori persepsi yang diberikan oleh terapis. Setelah melakukan tiga kali permainan bisik kata yang berbeda, maka pasien didampingi dalam mengidentifikasi halusinasi. Identifikasi halusinasi dimulai dari isi halusinasi yakni apa yang didengar atau dilihat. Selanjutnya waktu terjadinya halusinasi, mayoritas pasien menjawab saat sendirian dan paling sering sore hari. Respon pasien saat terjadi halusinasi adalah mengikuti dan menikmati halusinasinya, namun ada juga pasien yang menghardik saat halusinasi muncul, tetapi hanya dalam pengawasan tenaga kesehatan.

Hasil ini diperkuat oleh pernyataan Hawari (2009) dalam Halawa (2015) bahwa pasien cenderung mengikuti petunjuk yang diberikan halusinasinya. Hal ini disebabkan pengalaman sensori pasien menjadi berkuasa. Pasien mulai menyerah untuk melawan halusinasinya dan membiarkan halusinasi menguasai dirinya. Setelah semua anggota kelompok masing-masing menjelaskan

halusinasinya, terapis kembali memberikan stimulasi sensori dengan cara menebak suara. Suara yang diidentifikasi adalah suara beberapa hewan. Dalam permainan ini, seluruh kelompok mampu mengidentifikasi stimulus tersebut dengan benar meskipun membutuhkan waktu beberapa detik. Sesi berikutnya adalah Latihan mengontrol halusinasi dengan cara menghardik. Tiap kelompok didampingi oleh fasilitator belajar cara menghardik yang benar dengan menutup mata, menutup telinga dengan kedua tangan sambil menghardik berkata “pergi, kamu palsu, kamu tidak nyata”.

Latihan menghardik dilakukan selama lima menit sebelum masing-masing kelompok menampilkan kemampuannya menghardik halusinasi. Pada sesi ini yang diobservasi terapis adalah kemampuan menghardik halusinasi dengan cara menghardik yang benar, kekompakan kelompok dalam melakukan kontrol halusinasi melalui cara menghardik serta konsentrasi.

Kemampuan pasien dalam mengendalikan halusinasi dapat dilatih melalui intervensi keperawatan berupa peningkatan keterampilan melalui menghardik halusinasi. Menurut Keliat (2015) dalam Karundeng dkk (2020) terapi

aktivitas kelompok stimulasi sensori akan merangsang panca indera untuk mengekspresikan apa yang dirasakan oleh pasien. Menghardik halusinasi merupakan salah satu bagian psikoterapi dan rehabilitasi yang sering digunakan untuk mengontrol halusinasi dan berguna untuk meningkatkan kualitas hidup pasien halusinasi. Tindakan menghardik ini dilakukan dengan melatih pasien mengucapkan tidak pada halusinasi yang dialaminya serta mengabaikannya (Pratiwi, 2018).

Setelah selesai latihan menghardik, pasien dianjurkan kembali mengulang secara bersama cara mengidentifikasi isi halusinasi, waktu serta respon pasien, dilanjutkan dengan menghardik halusinasi. Hasil evaluasi secara kualitatif diperoleh data bahwa ketiga kelompok sudah mampu mengidentifikasi halusinasi dengan tepat. Pasien juga mampu mempraktikkan cara menghardik dengan menutup mata dan telinga serta mengatakan tidak pada halusinasinya. (Delima Fitri Hapsari, & Azhari, N. K, 2020)

Peningkatan kemampuan mengontrol halusinasi ini dipengaruhi oleh pelaksanaan terapi stimulasi sensori yang dilaksanakan. Hasil pengabdian ini sejalan

dengan pernyataan Hapsari dan Azhari (2020) bahwa terapi menghardik dapat menurunkan tingkat halusinasi pada pasien halusinasi, terutama bila dilakukan dengan rutin. Terapi modalitas dengan stimulasi sensori sebaiknya dipertahankan dan menjadi intervensi wajib bagi pasien halusinasi yang mengalami halusinasi. Terapi ini juga dapat mengurangi resiko kejadian relaps atau rawat inap ulang dengan melibatkan anggota keluarga dalam pelaksanaannya.





Dokumentasi kegiatan

KESIMPULAN

Peningkatan keterampilan melalui teknik distraksi menghardik pada pasien yang mengalami halusinasi sangat efektif dibuktikan dengan antusiasme pasien dalam kelompok, kekompakan kelompok serta fokus pada kegiatan dengan mengabaikan halusinasinya. Pada kegiatan ini, terapi stimulasi sensorial yang diberikan mampu mengalihkan halusinasi pasien. Pasien juga mampu melakukan cara menghardik dengan menutup mata dan telinga serta mengatakan tidak pada halusinasinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriliani, Y., & Widiani, E. 2020. Pemberian Komunikasi Terapeutik pada Pasien Halusinasi dalam Mengontrol Halusinasi di RS Jiwa Menur Surabaya. *NERS Jurnal Keperawatan*, 16(2).
- Dearossi Hani Khoirunissa & Ni Made Sukartini. 2020. Kesehatan Mental Sumber Daya Indonesia. *Jurnal Sains Sosio Huaniora*.
- Delima Fitri Hapsari, & Azhari, N. K. .2020. Penerapan Terapi Menghardik Terhadap penurunan Skor Halusinasi Dengar Pada Pasien Halusinasi Di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal Keperawatan Sisthana*, 5(1), 29–34.
- Karundeng, Y., dkk. 2020. Terapi Aktifitas Kelompok Stimulasi Sensorial Dalam Upaya Pencegahan Gangguan Psikososial Lanjut Usia. *Jurnal Ilmiah Perawat Manado Juiperdo*, Vol 08 (01): 159- 170
- Laraia, S. 2018. Konsep Dan Kerangka Kerja Asuhan Keperawatan Jiwa. Yogyakarta: Gosen Publishing.
- Muhith, A. 2015. Pendidikan Keperawatan Jiwa: Teori dan Aplikasi. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Pardede, J. A., Harjuliska, H., & Ramadia, A. 2021. *Self-Efficacy* dan Peran Keluarga Berhubungan dengan Frekuensi Kekambuhan Pasien Halusinasi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(1)

Pratiwi, Murni & Setiawan, Heri. 2018. Tindakan Menghardik Untuk Mengatasi Halusinasi Pendengaran Pada Pasien Halusinasi Di Rumah Sakit Jiwa. *Jurnal Kesehatan*, Vol.7, 2018, pISSN: 2301-783X

Sepalanita, W dan Khairani, W. 2018. Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok dengan Stimulasi Persepsi terhadap Kemampuan Mengontrol Halusinasi pada Pasien Halusinasi. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari jambi*, Vol 19 (2) DOI: <http://dx.doi.org/10.33087/jiubj.v19i2.690>

Sutinah, S., Harkomah, I & Saswati, N. 2020. Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Persepsi Sensori (Halusinasi) Pada Pasien Halusinasi Di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jambi, *Jurnal Pengabdian Masyarakat dalam Kesehatan*, Vol 2