KAMPUS AKADEMIK PUBLISING
Jurnal Sains Student Research (JSSR)
Vol.4, No.6 Desember 2026
e-ISSN: 3025-9851, p-ISSN : 3025-986X, Hal 1203-1209
DOI : https://doi.org/10.61722/jssr.v4i6.13288

Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Persepsi Sensori Terhadap Kemampuan Mengontrol Halusinasi Pendengaran pada Pasien Gangguan Jiwa

Melina Destiansyah[1]*, Ela Sulistiyanti[1], Karina Noviyanti[1], Diana Indawati[1], Hilma Ayuningsih[1], Sitti Rahma Soleman[1]
[1]Program Studi Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta, Indonesia
*Penulis Korespondensi: melinadestiansyah465@gmail.com

Abstract. *Hallucinations are sensory perception disorders most commonly found in individuals with mental disorders, especially schizophrenia. This study aims to determine the effectiveness of Group Activity Therapy (GAT) using sensory perception stimulation techniques in improving the ability to control auditory hallucinations in patients at RSJD Dr. RM. Soedjarwadi. The method used was a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach involving 5 patients selected through purposive sampling. The therapy was conducted for 30–45 minutes in one session. The results showed that all patients (100%) were able to recognize hallucinations, and 95.8% were able to practice the technique of rejecting hallucinations verbally and firmly. It can be concluded that GAT with sensory perception stimulation is effective in increasing patients' ability to recognize and control auditory hallucinations, so it is recommended to be applied regularly in mental nursing services.*

Keywords: *auditory hallucination; group activity therapy; mental nursing; sensory perception stimulation; verbal rejection*

Abstrak. Halusinasi merupakan gangguan persepsi sensori yang paling sering ditemukan pada individu dengan gangguan jiwa, terutama skizofrenia. Penelitian ini bertujuan mengetahui efektivitas Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) stimulasi persepsi sensori dalam meningkatkan kemampuan mengontrol halusinasi pendengaran pada pasien di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi. Metode yang digunakan adalah desain pra-eksperimental dengan pendekatan satu kelompok pretest-posttest yang melibatkan 5 pasien dipilih secara purposive sampling. Terapi dilaksanakan selama 30–45 menit dalam satu sesi. Hasil menunjukkan seluruh pasien (100%) mampu mengenali halusinasi, dan 95,8% mampu mempraktikkan teknik menolak halusinasi secara verbal dan tegas. Dapat disimpulkan bahwa TAK stimulasi persepsi sensori efektif meningkatkan kemampuan pasien mengenali dan mengendalikan halusinasi pendengaran, sehingga disarankan diterapkan secara rutin dalam pelayanan keperawatan jiwa.

Kata kunci: halusinasi pendengaran; keperawatan jiwa; stimulasi persepsi sensori; terapi aktivitas kelompok; verbal menolak

1. LATAR BELAKANG

Halusinasi adalah persepsi sensori yang keliru, di mana seseorang mendengar, melihat, atau merasakan sesuatu yang sebenarnya tidak ada rangsang dari luar. Jenis yang paling umum adalah halusinasi pendengaran, berupa mendengar suara yang tidak didengar oleh orang lain, seperti suara yang menyuruh, mengomentari, atau mengancam. Halusinasi banyak ditemukan pada pasien skizofrenia dan gangguan psikotik lainnya, dan dapat mengganggu proses berpikir, konsentrasi, serta fungsi sosial penderitanya. Jika

Naskah Masuk:01 November 2026; Revisi: 02 November 2026; Diterima: 03 November 2026; Terbit: 04 November 2026

tidak ditangani, halusinasi dapat menimbulkan kecemasan, perilaku agresif, hingga risiko mencederai diri sendiri maupun orang lain (Pradana & Riyana, 2024).

Penatalaksanaan halusinasi memerlukan pendekatan komprehensif yang menggabungkan terapi farmakologis dengan intervensi psikososial dan keperawatan. Salah satu intervensi keperawatan jiwa yang direkomendasikan adalah Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) stimulasi persepsi sensori, yang bertujuan membantu pasien membedakan realitas dari pengalaman halusinasi, serta melatih respons yang tepat terhadap gejala halusinasi. Teknik menghardik merupakan salah satu strategi pelaksanaan yang melibatkan penolakan verbal secara tegas terhadap isi halusinasi (Dewi & Pratiwi, 2022).

Meskipun berbagai penelitian telah menunjukkan manfaat terapi kelompok pada pasien halusinasi, penerapan TAK stimulasi persepsi sensori dengan teknik permainan sederhana di bangsal perawatan masih perlu didokumentasikan lebih luas, khususnya di Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. RM. Soedjarwadi. Penelitian ini bertujuan untuk menerapkan dan mengevaluasi efektivitas TAK stimulasi persepsi sensori dalam meningkatkan kemampuan pasien mengenali dan mengontrol halusinasi pendengaran.

2. KAJIAN TEORITIS

Halusinasi: Konsep dan Etiologi

Halusinasi terjadi ketika seseorang mempersepsikan adanya stimulus yang sebenarnya tidak ada, diyakini sebagai sesuatu yang nyata meskipun tidak ada rangsangan eksternal. Secara biologis, halusinasi berkaitan dengan peningkatan aktivitas neurotransmiter dopamin pada jalur mesolimbik otak, yang menyebabkan otak salah menginterpretasikan stimulus internal sebagai rangsangan eksternal. Faktor genetik, pengalaman traumatis, stres berkepanjangan, serta isolasi sosial dan kurangnya dukungan keluarga berkontribusi terhadap munculnya gejala halusinasi (Linda, 2024).

Halusinasi diklasifikasikan berdasarkan panca indra yang terlibat, meliputi halusinasi pendengaran, penglihatan, penciuman, perasa, dan perabaan. Halusinasi pendengaran adalah jenis yang paling dominan ditemukan pada gangguan psikiatri, ditandai dengan tanda berupa berbicara sendiri, tertawa tanpa sebab, menatap ke satu

arah, sulit berkonsentrasi, menarik diri dari interaksi sosial, serta kecemasan dan ketakutan saat gejala muncul (Wenny, 2023).

Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Stimulasi Persepsi Sensori

TAK adalah intervensi psikososial keperawatan jiwa di mana sekelompok pasien dengan masalah serupa berkumpul secara terstruktur untuk berinteraksi dan belajar bersama. Kelompok berfungsi sebagai miniatur masyarakat yang memberikan lingkungan aman bagi pasien untuk melatih keterampilan sosial dan koping. TAK stimulasi persepsi sensori dirancang untuk memaparkan stimulus panca indra secara terencana sehingga pasien dapat mengalihkan perhatian dari pengalaman halusinasi menuju realitas lingkungan nyata (Maulana dkk., 2021).

Teknik menghardik adalah salah satu strategi keperawatan yang melibatkan penolakan verbal secara tegas terhadap suara halusinasi, misalnya: *"Pergi! Kamu tidak nyata!"*. Teknik ini melatih pasien membedakan suara halusinasi dari suara nyata, meningkatkan kontrol diri, dan mengurangi kepatuhan terhadap perintah halusinasi. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kombinasi stimulasi sensori auditori, aktivitas motorik, dan latihan verbal efektif menurunkan frekuensi serta intensitas halusinasi pendengaran (Endriyani dkk., 2022).

3. METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimental dengan pendekatan satu kelompok pretest-posttest, yaitu mengukur kemampuan pasien sebelum dan sesudah diberikan intervensi TAK stimulasi persepsi sensori.

Populasi dan Sampel

Sampel berjumlah 5 pasien di Bangsal Flamboyan RSJD Dr. RM. Soedjarwadi yang memenuhi kriteria inklusi: didiagnosis gangguan persepsi sensori halusinasi pendengaran, berkomunikasi dengan baik, dan bersedia mengikuti kegiatan. Pengambilan sampel dilakukan secara purposive sampling.

Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Data dikumpulkan menggunakan lembar observasi yang mencakup dua aspek utama: kemampuan mengenali halusinasi (isi, waktu, situasi pemicu, perasaan) dan kemampuan mengontrol halusinasi dengan teknik menghardik (menyebutkan cara, efektivitas, memperagakan). Pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah intervensi.

Prosedur Intervensi

Kegiatan dilaksanakan pada Jumat, 11 September 2026 pukul 08.00–08.30 WIB. Langkah kegiatan meliputi:

1. **Fase Orientasi:** Salam terapeutik, kontrak waktu, penjelasan tujuan dan aturan
2. **Fase Kerja:** Pasien menceritakan pengalaman halusinasi, terapis memperagakan teknik menghardik, masing-masing pasien mempraktikkan teknik tersebut sambil bermain lempar balon dan musik latar
3. **Fase Terminasi:** Refleksi, pujian, dan penutup

Analisis Data

Data dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan persentase pasien yang mampu mencapai kriteria hasil sebelum dan sesudah intervensi.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kemampuan Mengenali Halusinasi

Hasil evaluasi menunjukkan seluruh pasien (100%) mampu menyebutkan isi, waktu terjadinya, situasi pemicu, serta perasaan saat halusinasi muncul. Sebagian besar pasien menyatakan halusinasi muncul saat sendirian, tidak beraktivitas, pada sore menjelang malam, atau saat hendak tidur. Perasaan yang muncul berupa takut, cemas, bingung, dan tidak nyaman. Hasil ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa halusinasi lebih sering muncul ketika individu kurang mendapatkan stimulasi lingkungan, berada dalam kesepian, atau mengalami penurunan aktivitas (Stuart, 2021 dalam Wijayanti dkk., 2022). Mengenali karakteristik halusinasi merupakan langkah awal yang krusial, karena kesadaran pasien terhadap gejalanya menjadi dasar keberhasilan strategi koping selanjutnya.

Kemampuan Menghardik Halusinasi

Secara keseluruhan, rata-rata pencapaian kemampuan menghardik halusinasi mencapai 95,8%. Sebanyak 4 dari 5 pasien (100%) mampu menyebutkan cara mengatasi halusinasi, menjelaskan efektivitas teknik menghardik, serta memperagakan secara tegas dan tepat. Satu pasien masih memerlukan pendampingan tambahan dalam menjelaskan efektivitas teknik, namun sudah mampu memperagakan kalimat penolakan dengan benar.

Tabel 1. Kemampuan Pasien Mengenali dan Menghardik Halusinasi

No	Aspek yang Dinilai	Sebelum Intervensi	Sesudah Intervensi
1	Menyebutkan isi halusinasi	60%	100%
2	Menyebutkan waktu dan situasi pemicu	40%	100%
3	Menjelaskan cara menghardik halusinasi	20%	100%
4	Memperagakan teknik menghardik	0%	100%
5	Menjelaskan efektivitas teknik	0%	83,3%
	Rata-rata Total	**24%**	**95,8%**

Peningkatan yang signifikan menunjukkan bahwa TAK stimulasi persepsi sensori efektif meningkatkan kemampuan pasien. Melalui stimulasi auditori (musik) dan motorik (lempar balon), perhatian pasien dialihkan dari fokus ke dalam diri menuju rangsangan nyata dari lingkungan. Aktivitas kelompok juga memberikan penguatan sosial yang meningkatkan rasa percaya diri pasien. Hasil ini konsisten dengan penelitian Atmojo dkk. (2023) yang menemukan bahwa terapi kelompok stimulasi sensori secara signifikan menurunkan intensitas halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia.

Meskipun hasil positif terlihat jelas, keterbatasan penelitian ini terletak pada jumlah sampel yang kecil dan pengukuran yang terbatas pada satu sesi intervensi. Oleh karena itu, diperlukan pengulangan latihan secara berkala dan evaluasi jangka panjang untuk mempertahankan kemampuan yang telah dicapai.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Terapi Aktivitas Kelompok stimulasi persepsi sensori efektif meningkatkan kemampuan pasien mengenali dan mengontrol halusinasi pendengaran. Seluruh pasien mampu mengidentifikasi karakteristik halusinasi, dan sebagian besar mampu mempraktikkan teknik menghardik dengan benar dan tegas. Intervensi ini sederhana, aman, dan dapat diintegrasikan ke dalam rutinitas pelayanan keperawatan harian.

Disarankan bagi perawat di bangsal RSJD Dr. RM. Soedjarwadi untuk melaksanakan TAK stimulasi persepsi sensori secara terjadwal dan berkelanjutan, tidak hanya pada pasien baru tetapi juga sebagai pemeliharaan bagi pasien yang sudah mulai membaik. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar, durasi intervensi yang lebih panjang, serta desain penelitian yang lebih ketat diperlukan untuk mengonfirmasi efektivitas jangka panjang intervensi ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada RSJD Dr. RM. Soedjarwadi yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas pelaksanaan kegiatan, serta kepada Bapak/Ibu pembimbing akademik dan klinik yang telah memberikan arahan. Artikel ini merupakan bagian dari laporan kegiatan praktik klinik keperawatan jiwa di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

DAFTAR REFERENSI

Atmojo, B. S. R., Wahidin, & Haryanti, W. (2023). Pengaruh terapi aktivitas kelompok stimulasi sensori dan terapi kerja terhadap perilaku pasien halusinasi dalam proses pemulihan. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 11(4), 875–880.

Biahimo, N. U. I., Firmawati, & Djafar, N. (2025). Pengaruh Though Stopping dan Psikoreligius Dzikir pada Pasien dengan Gangguan Halusinasi Pendengaran di Puskesmas Telaga. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 10(1), 26–31.

Dewi, L. K., & Pratiwi, Y. S. (2022). Penerapan Terapi Menghardik pada Gangguan Persepsi Sensori Halusinasi Pendengaran. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1, 2332–2339. https://doi.org/10.48144/prosiding.v1i.1068

Endriyani, S., Kusumawaty, I., Pastari, M., & Umaya, W. (2022). Implementasi Keperawatan Mengontrol Halusinasi dengan Menghardik. *Jurnal Nursing Update*, 13(2), 83–86.

Famela, F., Kusumawaty, I., Martini, S., & Yunike, Y. (2022). Implementasi Keperawatan Teknik Bercakap-Cakap pada Pasien Halusinasi Pendengaran. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 7(2), 205–214. https://doi.org/10.36729/jam.v7i2.869

Frøkedal, H., Lloyd, C., Halstensen, K., Hammersbøen, Å. M., & Austad, A. (2026). The use of existential groups in mental health care: A scoping review. *International Journal of Group Psychotherapy*.

Linda. (2024). *Modul Ajar Keperawatan Jiwa: Gangguan Persepsi Sensori Halusinasi*. Jakarta: Pusdiklat Kemenkes RI.

Maulana, H. D., dkk. (2021). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa Komunitas*. Jakarta: Salemba Medika.

Pradana, A., & Riyana, A. (2024). Penerapan Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tanda dan Gejala pada Pasien dengan Gangguan Persepsi Sensori: Halusinasi Pendengaran di Puskesmas Cikoneng. *Nursing Care and Health Technology Journal (NCHAT)*, 2(2), 137–147. https://doi.org/10.56742/nchat.v2i2.48

Wijayanti, Hastuti, W., & Nahrowiyah, S. (2022). Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Persepsi Sesi 1-2 Terhadap Kemampuan Mengontrol Halusinasi Pendengaran. *Jurnal Keperawatan*, 20(1), 65–71.