

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Halusinasi pendengaran merupakan salah satu gangguan persepsi sensori yang sering ditemukan pada pasien dengan gangguan jiwa. Kondisi ini ditandai dengan munculnya persepsi berupa suara tanpa adanya rangsangan eksternal yang nyata, sehingga pasien mengalami kesulitan membedakan antara realitas dan pengalaman internal. Halusinasi pendengaran dapat menyebabkan penurunan konsentrasi, gangguan interaksi sosial, serta hambatan dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari. Apabila tidak ditangani secara adekuat, kondisi ini dapat berdampak signifikan terhadap fungsi psikososial dan kualitas hidup pasien (Stuart, 2021; Videbeck, 2020).

Indera pendengaran memiliki peran penting dalam proses komunikasi, orientasi realitas, serta kemampuan individu dalam merespons lingkungan secara adaptif (Townsend, 2018). Gangguan pada fungsi pendengaran, khususnya dalam bentuk halusinasi pendengaran, menyebabkan pasien menerima stimulus yang keliru sehingga meningkatkan risiko kecemasan, perilaku maladaptif, serta penurunan kemampuan kontrol diri. Oleh karena itu, gangguan persepsi sensori pendengaran perlu mendapatkan perhatian khusus dalam asuhan keperawatan jiwa. World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa gangguan mental masih menjadi masalah kesehatan global yang serius dan menekankan pentingnya penguatan intervensi psikososial dan

rehabilitatif sebagai bagian dari pelayanan kesehatan jiwa yang komprehensif (WHO, 2022).

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa penanganan halusinasi pendengaran tidak hanya bergantung pada terapi farmakologis, tetapi juga memerlukan intervensi keperawatan yang berfokus pada peningkatan kemampuan pasien dalam mengelola gejala yang dialami. Asuhan keperawatan jiwa merupakan proses sistematis yang bertujuan membantu pasien mengatasi masalah psikologis, termasuk halusinasi pendengaran, melalui pendekatan terapeutik yang terencana dan berkesinambungan (Stuart, 2021; Videbeck, 2020). Dalam hal ini, perawat memiliki peran penting dalam mengidentifikasi karakteristik halusinasi, faktor pemicu, serta merencanakan dan melaksanakan intervensi keperawatan yang sesuai, kemudian mengevaluasi respons pasien terhadap intervensi yang diberikan.

Salah satu intervensi keperawatan yang dapat diterapkan pada pasien dengan halusinasi pendengaran adalah terapi okupasi sebagai terapi modalitas keperawatan jiwa (American Occupational Therapy Association, 2020; Creek, 2014). Terapi okupasi memanfaatkan aktivitas bermakna dan terstruktur untuk membantu pasien mencapai tujuan terapeutik, khususnya dalam mengendalikan gejala psikososial. Dalam penelitian ini, terapi aktivitas merajut dipilih sebagai bentuk terapi okupasi berdasarkan empat argumentasi ilmiah yang telah dibuktikan melalui berbagai penelitian terdahulu.

Pertama, terapi merajut bekerja melalui mekanisme distraksi kognitif (*cognitive distraction*), yaitu mengalihkan perhatian pasien dari stimulus

internal berupa suara halusinasi menuju aktivitas eksternal yang nyata dan terstruktur. Nordstrand, Gunnarsson, dan Häggbloom-Kronlöf (2024) dalam studinya menemukan bahwa merajut merupakan cara untuk memperlambat pikiran dan meningkatkan fokus, di mana individu dengan gangguan jiwa melaporkan bahwa ketika tangan mereka sibuk merajut, pikiran mereka melambat dan mereka mampu memikirkan satu hal dalam satu waktu tanpa terganggu oleh stimulus lain. Mekanisme ini sangat relevan bagi pasien halusinasi pendengaran karena otak tidak dapat sepenuhnya memproses dua stimulus kompleks secara bersamaan, sehingga ketika perhatian terpusat pada aktivitas merajut, intensitas halusinasi yang dialami cenderung berkurang (Nordstrand et al., 2024).

Kedua, gerakan berulang dan berirama dalam merajut terbukti menghasilkan respons relaksasi yang nyata secara psikologis. Nordstrand et al. (2024) melaporkan bahwa merajut dapat menginduksi kondisi meditatif melalui gerakan ritmis yang berulang, sehingga membantu individu dengan gangguan jiwa untuk merasa lebih tenang dan mendapatkan keseimbangan dalam kehidupan sehari-hari mereka. Kondisi relaksasi ini sangat penting bagi pasien halusinasi pendengaran karena kecemasan dan ketegangan emosional diketahui sebagai faktor yang dapat memperparah frekuensi dan intensitas halusinasi, sehingga dengan menurunkan kecemasan melalui aktivitas merajut, gejala halusinasi dapat berkurang secara bertahap (Stuart, 2021; Nordstrand et al., 2024).

Ketiga, terapi merajut memberikan stimulasi sensoris yang nyata melalui kombinasi gerakan tangan, tekstur benang, dan pola visual rajutan yang terstruktur, sehingga berfungsi sebagai teknik *grounding* yang membantu pasien mempertahankan kontak dengan realitas eksternal dan mengurangi dominasi stimulus internal berupa suara halusinasi. Fancourt dan Finn (2019) dalam laporan WHO yang mensintesis lebih dari 3.000 studi menyimpulkan bahwa aktivitas seni dan kreatif berbasis tangan memiliki peran besar dalam pengelolaan dan pengobatan gangguan jiwa, termasuk membantu stabilisasi fungsi mental dan peningkatan kemampuan individu dalam mengelola gejala gangguan persepsi. Dengan demikian, merajut tidak sekadar mengalihkan perhatian, tetapi sekaligus memperkuat kemampuan pasien dalam membedakan antara stimulus nyata dan pengalaman halusinasi yang dialaminya (Fancourt & Finn, 2019).

Keempat, terapi merajut memberikan keunggulan dibandingkan terapi pengalihan pasif lainnya karena menghasilkan produk nyata yang dapat dilihat dan dipegang pasien, sehingga memberikan pengalaman pencapaian (*sense of accomplishment*) yang meningkatkan efikasi diri dan harga diri. Hal ini penting karena salah satu dampak jangka panjang halusinasi pendengaran adalah menurunnya rasa percaya diri dan munculnya perasaan tidak berdaya. Sujiah, Warni, dan Fikrinis (2023) menjelaskan bahwa aktivitas tangan yang terstruktur pada pasien halusinasi pendengaran dapat mengurangi frekuensi dan intensitas halusinasi karena pasien teralihkan dari suara yang didengar dan

lebih fokus pada ekspresi yang aman dan konstruktif, sekaligus memperkuat kemampuan koping pasien secara bertahap (Sujiah et al., 2023).

Berdasarkan keempat argumentasi tersebut, terapi aktivitas merajut dinilai lebih unggul dibandingkan terapi aktivitas pasif lainnya karena melibatkan keterlibatan motorik, kognitif, dan sensori secara bersamaan, serta menghasilkan produk konkret yang memperkuat motivasi dan rasa pencapaian pasien. Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan terapi okupasi melalui aktivitas kreatif dan manual efektif dalam menurunkan intensitas halusinasi pendengaran serta meningkatkan ketenangan dan kemampuan fokus pasien (Fancourt & Finn, 2019; Nordstrand et al., 2024).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta pada bulan Desember 2025 menunjukkan bahwa gangguan persepsi sensori berupa halusinasi pendengaran masih sering ditemukan pada pasien rawat inap. Data tahun 2023–2025 menunjukkan peningkatan kasus Gangguan Persepsi Sensori dari 1.149 kasus pada tahun 2023 menjadi 4.405 kasus pada tahun 2025. Berdasarkan data tersebut, peneliti memilih dua pasien dengan tanda dan gejala halusinasi pendengaran sebagai subjek studi kasus.

Gejala yang ditemukan meliputi berbicara sendiri, tampak mendengarkan sesuatu, sulit berkonsentrasi, serta mengungkapkan adanya suara yang memerintah atau mengomentari dirinya. Kondisi ini memerlukan intervensi keperawatan yang terarah, salah satunya melalui terapi aktivitas merajut untuk membantu menurunkan frekuensi halusinasi pendengaran.

Selain itu, berdasarkan pengamatan klinis selama praktik keperawatan di RSJ Grhasia Yogyakarta, terapi aktivitas merajut telah digunakan sebagai salah satu kegiatan terapeutik dan menunjukkan respons positif pada pasien dengan gangguan persepsi sensori, khususnya dalam bentuk penurunan ekspresi gejala halusinasi. Namun demikian, penerapan terapi aktivitas merajut sebagai intervensi keperawatan jiwa masih perlu dideskripsikan dan dianalisis secara sistematis melalui pendekatan studi kasus. Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik untuk melakukan studi kasus mengenai “Penerapan Terapi Aktivitas Merajut dalam Menurunkan Intensitas Halusinasi Pendengaran pada Pasien Gangguan Jiwa.”

B. Rumusan Masalah

Gangguan halusinasi pendengaran bisa ditangani dengan beberapa terapi dan intervensi. Salah satunya terapi aktivitas dengan tindakan merajut karena merajut memiliki beberapa aspek yang mendukung menurunkan frekuensi halusinasi. Berdasarkan uraian pada latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam studi kasus ini adalah: “Bagaimana Hasil Penerapan Terapi Aktivitas Merajut Untuk Menurunkan Frekuensi Halusinasi Pendengaran di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menerapkan terapi aktivitas merajut pada kedua pasien untuk menurunkan frekuensi halusinasi pendengaran di RSJ Grhasia Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan terapi aktivitas merajut pada kedua pasien dengan gangguan persepsi sensorial halusinasi pendengaran menggunakan asuhan keperawatan.
- b. Mengetahui respon dari kedua pasien dalam menerapkan terapi aktivitas merajut di RSJ Grhasia Yogyakarta.
- c. Mengetahui faktor pendukung dan faktor penghambat dalam menerapkan pada dua pasien di RSJ Grhasia Yogyakarta

D. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup studi kasus ini adalah keperawatan jiwa pada pasien gangguan jiwa yang mengalami halusinasi pendengaran di RSJ Grhasia Yogyakarta, dengan fokus pada penerapan untuk menurunkan frekuensi halusinasi pendengaran.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menambah pemahaman dan memperkaya kajian teoritis dalam bidang keperawatan jiwa, khususnya mengenai penerapan terapi aktivitas merajut sebagai bagian dari terapi modalitas dalam upaya pengendalian halusinasi pendengaran.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil studi kasus ini terkait penerapan terapi aktivitas merajut dalam menurunkan intensitas halusinasi pendengaran pada pasien gangguan jiwa dapat menjadi sebagai bahan kajian ilmiah dalam

penerapan terapi modalitas keperawatan jiwa dalam mengatasi halusinasi pendengaran.

- b. Bagi Penyandang Gangguan Persepsi Sensori Halusinasi Pendengaran
Hasil studi kasus ini dapat menambah pengetahuan tentang penerapan terapi merajut pada pasien dengan gangguan persepsi sensori halusinasi pendengaran dan mudah dalam menerapkan intervensi.

- c. Bagi RSJ Grhasia Yogyakarta

Hasil studi kasus terapi aktivitas merajut dalam menurunkan intensitas halusinasi pendengaran pada pasien gangguan jiwa ini diharapkan dapat mengurangi kecemasan pada pasien halusinasi pendengaran dan menjadikan terapi ini bagian dari peningkatan kualitas pelayanan.

- d. Bagi Perawat

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menjadi tambahan referensi serta pengembangan mengenai penerapan terapi merajut untuk menurunkan kegelisahan pasien halusinasi pendengaran khususnya mata kuliah keperawatan jiwa dalam melakukan asuhan keperawatan.

F. Jurnal Pendukung

Penelitian lain yang berkaitan dengan penerapan terapi merajut pada pasien gangguan persepsi sensorik: halusinasi pendengaran, yaitu:

Tabel 1. Keaslian penelitian

No	Judul & Peneliti, Tahun	Sumber Data Base (Link)	Tujuan Penelitian	Metode & Intervensi	Hasil / Temuan Utama	Kesimpulan
1	<i>Penerapan Terapi Okupasi Aktivitas Waktu Luang terhadap Perubahan Halusinasi pada Pasien Halusinasi Pendengaran</i> (Damayanti <i>et al.</i> , 2024)	https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP/article/view/2157 (Global Health Journal)	Untuk mengetahui peran terapi okupasi aktivitas waktu luang dalam menurunkan gejala halusinasi pendengaran.	Studi kasus deskriptif; terapi okupasi aktivitas waktu luang diterapkan 3 hari berturut-turut; observasi dan wawancara.	Skor tanda dan gejala halusinasi berkurang signifikan dari 9 → 3; skor AHRS turun dari 29 → 12. (Global Health Journal)	Terapi okupasi aktivitas waktu luang efektif dalam menurunkan tanda dan gejala halusinasi pendengaran.
2	<i>Asuhan Keperawatan pada Pasien Gangguan Persepsi Halusinasi Pendengaran dengan Pemberian Terapi Okupasi Aktivitas Waktu</i>	https://ejournal.nusantarahasanajournal.com/index.php/nhj/article/view/1096 (Nusantara Hasana Journal)	Untuk menilai efektivitas terapi okupasi aktivitas waktu luang saat asuhan keperawatan pada pasien	Studi kasus deskriptif; terapi okupasi aktivitas waktu luang dengan observasi	Terapi okupasi aktivitas waktu luang menunjukkan pengurangan tanda halusinasi	Terapi okupasi aktivitas waktu luang merupakan intervensi efektif untuk mengendalikan

No	Judul & Peneliti, Tahun	Sumber Data Base (Link)	Tujuan Penelitian	Metode & Intervensi	Hasil / Temuan Utama	Kesimpulan
3	<i>Luang</i> (Efendi, Pratiwi & Saeful, 2024) <i>Efektivitas Pemberian Terapi Okupasi Aktivitas Waktu Luang dalam Mengontrol Persepsi Sensori Halusinasi Pendengaran</i> (Laisina et al., 2022)	https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/download/10179/pdf (Jurnal UNIMUS)	gangguan persepsi halusinasi pendengaran. Untuk melihat pengaruh terapi okupasi aktivitas waktu luang pada kontrol halusinasi pendengaran.	perubahan halusinasi. Studi kasus deskriptif; pemberian terapi aktivitas waktu luang (membersihkan, bermain, tugas mandiri).	pendengaran. (Nusantara Hasana Journal) Terapi okupasi berpengaruh menurunkan frekuensi dan intensitas halusinasi. (Jurnal UNIMUS)	halusinasi pendengaran pada pasien gangguan jiwa. Aktivitas waktu luang efektif sebagai intervensi keperawatan jiwa untuk halusinasi pendengaran.
4	<i>Penerapan Terapi Okupasi Aktivitas Waktu Luang (Menggambar & Menanam Tanaman) terhadap Tanda Halusinasi Pendengaran</i> (Anggara et al., 2024)	https://jurnal.akperdharma.wacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/572 (Jurnal Akper Dharma Wacana)	Untuk mengetahui efek kombinasi terapi okupasi waktu luang terhadap halusinasi.	Studi kasus; aktivitas menggambar & menanam tanaman selama beberapa hari.	Tanda dan gejala halusinasi pendengaran menurun signifikan pada subyek. (Jurnal Akper Dharma Wacana)	Terapi okupasi aktivitas kreatif membantu menurunkan gejala halusinasi pendengaran.
5	<i>PENGARUH TERAPI OKUPASI MENGGAMBAR TERHADAP</i>	https://doi.org/10.31004/jkt.v6i3.48078 (Jurnal Universitas Pahlawan)	Untuk mengevaluasi pengaruh terapi okupasi	Pre-eksperimental one-group pre-post; kegiatan	Setelah intervensi, rata-rata skor halusinasi	Terapi okupasi menggambar secara signifikan

No	Judul & Peneliti, Tahun	Sumber Data Base (Link)	Tujuan Penelitian	Metode & Intervensi	Hasil / Temuan Utama	Kesimpulan
	<i>FREKUENSI HALUSINASI</i> (Nurul Izati <i>et al.</i> , 2023)		menggambar terhadap frekuensi halusinasi pada gangguan persepsi sensori.	menggambar diberikan kepada pasien.	turun dari 18,07 → 5,71 ($p < 0,05$). (Jurnal Universitas Pahlawan)	menurunkan frekuensi halusinasi pendengaran.
6	<i>IMPLEMENTASI KEPERAWATAN TERAPI OKUPASI AKTIVITAS WAKTU LUANG PADA PASIEN HALUSINASI PENDENGARAN</i> (Rawati <i>et al.</i> , 2025)	https://doi.org/10.62335/sinergi.v2i12.2022 (Manggala Journal)	Mengetahui efek terapi okupasi aktivitas waktu luang terhadap halusinasi pendengaran di rumah sakit jiwa.	Studi kasus; aktivitas waktu luang diterapkan beberapa kali pertemuan; observasi perubahan halusinasi.	Terjadi penurunan frekuensi halusinasi setelah intervensi. (Manggala Journal)	Terapi okupasi aktivitas waktu luang efektif sebagai intervensi keperawatan untuk mengurangi halusinasi pendengaran.

Penerapan terapi aktivitas merajut telah didukung oleh beberapa penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa aktivitas ini efektif dalam menurunkan tanda dan gejala halusinasi pendengaran pada pasien gangguan jiwa. Aktivitas merajut mampu meningkatkan fokus, konsentrasi, serta ketenangan pasien melalui gerakan motorik halus yang ritmis dan berulang, sehingga membantu mengalihkan perhatian pasien dari stimulus internal berupa suara halusinasi ke stimulus eksternal yang nyata dan terkontrol. Dibandingkan dengan aktivitas pasif, terapi aktivitas merajut memberikan keterlibatan aktif pasien yang berperan dalam meningkatkan kontrol diri dan kemampuan koping terhadap halusinasi. Pelaksanaan terapi ini umumnya dilakukan dalam bentuk aktivitas terstruktur dengan durasi sekitar 20–40 menit per sesi dan frekuensi yang disesuaikan dengan kondisi pasien, serta dapat dilakukan secara bertahap dengan pendampingan perawat. Sifatnya yang sederhana dan mudah diterapkan memungkinkan terapi ini dilakukan secara berkelanjutan dalam asuhan keperawatan jiwa. Namun, efektivitas terapi aktivitas merajut dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor pendukung dan penghambat, seperti tingkat konsentrasi, motivasi pasien, kondisi psikologis, dukungan lingkungan, serta kondisi fisik pasien selama mengikuti aktivitas, yang secara tidak langsung dapat memengaruhi keberhasilan penurunan intensitas halusinasi pendengaran.