

**PENERAPAN TERAPI OKUPASI MEMASAK: STUDI KASUS PADA PASIEN  
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN PERSEPSI SENSORI  
HALUSINASI PENDENGARAN**

**Iffah Amirotul Umah<sup>1</sup>, Wita Oktaviana<sup>1\*</sup>, Joko Purnomo<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Program Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

<sup>2</sup>RSJD Dr. Arif Zainudin

\*[wo763@ums.ac.id](mailto:wo763@ums.ac.id)

**ABSTRAK**

Halusinasi pendengaran merupakan salah satu gejala utama pada pasien dengan gangguan jiwa yang dapat mengganggu fungsi sosial dan aktivitas sehari-hari. Terapi okupasi memasak menjadi intervensi non-farmakologis yang bertujuan mengalihkan perhatian dari halusinasi, meningkatkan keterampilan sosial, serta kemandirian pasien. Penerapan ini bertujuan menganalisis efektivitas terapi okupasi memasak terhadap penurunan tingkat keparahan halusinasi pendengaran pada pasien di Ruang Rehabilitasi RSJD dr. Arif Zainuddin Surakarta. Desain penelitian menggunakan one-group pretest-posttest dengan instrumen Auditory Hallucination Rating Scale (AHRS). Terapi dilakukan pada 5 pasien di bangsal Larasati yang memenuhi kriteria inklusi. Terapi dilakukan dalam empat sesi pada 14, 17, 18, dan 19 Maret 2024. Hasil uji normalitas Shapiro-Wilk menunjukkan data pretest dan posttest berdistribusi normal ( $p > 0,05$ ). Analisis menggunakan paired sample t-test menunjukkan rata-rata skor AHRS menurun dari 20,00 menjadi 8,60, dengan selisih rata-rata 11,20, nilai  $t = 24,533$  dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah terapi. Dengan demikian, terapi okupasi memasak terbukti efektif dalam menurunkan tingkat keparahan halusinasi pendengaran, serta dapat diterapkan sebagai intervensi rehabilitatif pada pasien dengan gangguan jiwa.

Kata kunci: AHRS; gangguan jiwa; halusinasi pendengaran; rehabilitasi, terapi okupasi memasak

***IMPLEMENTATION OF COOKING OCCUPATIONAL THERAPY: A CASE STUDY IN A  
PATIENT WITH NURSING PROBLEMS OF SENSORY PERCEPTION DISORDERS AND  
AUDITORY HALLUCINATIONS***

***ABSTRACT***

*Auditory hallucinations are one of the main symptoms in patients with mental disorders that can disrupt social functioning and daily activities. Cooking occupational therapy serves as a non-pharmacological intervention aimed at diverting attention from hallucinations, while enhancing patients' social skills and independence. This study aimed to analyze the effectiveness of cooking occupational therapy in reducing the severity of auditory hallucinations among patients in the Rehabilitation Room of Dr. Arif Zainuddin Surakarta Mental Hospital. The study employed a one-group pretest-posttest design using the Auditory Hallucination Rating Scale (AHRS). Therapy was performed on five patients in the Larasati ward who met the inclusion criteria. The therapy was conducted in four sessions on March 14, 17, 18, and 19, 2024. The Shapiro-Wilk normality test showed that both pretest and posttest data were normally distributed ( $p > 0.05$ ). Analysis using the paired sample t-test revealed a decrease in the mean AHRS score from 20.00 to 8.60, with a mean difference of 11.20,  $t = 24.533$ , and  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ), indicating a significant difference before and after therapy. Thus, cooking occupational therapy was proven effective in reducing the severity of auditory hallucinations and can be applied as a rehabilitative intervention for patients with mental disorders.*

*Keywords: AHRS; auditory hallucinations; cooking occupational therapy; mental disorders; rehabilitation*

## **PENDAHULUAN**

Menurut World Health Organization (2022) Skizofrenia memengaruhi sekitar 24 juta orang atau 1 dari 300 orang (0,32%) di seluruh dunia. Angka ini adalah 1 dari 222 orang (0,45%) di antara orang dewasa. Kondisi ini tidak seumum gangguan mental lainnya. sebagian besar penderita skizofrenia di seluruh dunia tidak menerima perawatan kesehatan mental. Sekitar 50% dari pasien di rumah sakit jiwa didiagnosis menderita skizofrenia (WHO, 2022). Hanya 31,3% dari penderita psikosis yang menerima perawatan kesehatan mental spesialis. Orang dengan skizofrenia memiliki harapan hidup 10-20 tahun lebih rendah dari populasi umum (WHO, 2022).

Sementara di Indonesia, data hasil riset kesehatan dasar (2018) mencatat, penduduk berusia lebih dari 15 tahun ada 9,8 persen atau lebih dari 20 juta orang terkena gangguan mental emosional. Selain itu, sebanyak 6,1 persen atau sekitar 12 juta orang mengalami depresi dan 450.000 menderita skizofrenia/psikosis. Hasil Riskesdas (2018) juga menyebutkan, prevalensi psikosis di Indonesia sebanyak 6,7 per 1.000 rumah tangga. Artinya, dari 1.000 rumah tangga terdapat 6,7 rumah tangga yang mempunyai anggota penderita psikosis. Sebanyak 84,9 persen penderita penyakit ini telah berobat meskipun sebagian di antaranya tidak meminum obat secara rutin.

Fenomena ini juga tampak nyata di RSJD Dr. Arif Zainudin, di mana banyak pasien skizofrenia yang dirawat menunjukkan gejala halusinasi pendengaran dengan intensitas berbeda-beda. Berdasarkan observasi klinis, sebagian pasien sering terlihat berbicara sendiri, tertawa tanpa sebab, atau menutup telinga karena merasa terganggu oleh suara-suara yang mereka dengar. Hal ini kerap menimbulkan kesulitan dalam proses perawatan, karena pasien menjadi sulit diajak berkomunikasi, menolak pengobatan, bahkan menunjukkan perilaku agresif terhadap diri sendiri maupun orang lain. Kondisi tersebut menggambarkan bahwa gangguan persepsi sensori, khususnya halusinasi pendengaran, masih menjadi salah satu tantangan utama dalam pelayanan kesehatan jiwa di RSJ dan membutuhkan pendekatan terapeutik yang komprehensif.

Gangguan persepsi sensori merupakan salah satu gejala utama yang sering ditemukan pada pasien dengan skizofrenia, terutama dalam bentuk halusinasi pendengaran. Halusinasi pendengaran adalah kondisi di mana pasien mendengar suara atau bunyi yang sebenarnya tidak ada dalam kenyataan, yang dapat bersifat mengganggu dan mempengaruhi kondisi psikososial pasien. Kondisi ini dapat menyebabkan berbagai dampak negatif, termasuk peningkatan kecemasan, stres, perilaku agresif, gangguan tidur, serta kesulitan dalam berinteraksi sosial (Agustina et al., 2021). Selain itu, pasien dengan halusinasi pendengaran cenderung mengalami penurunan fungsi kognitif dan emosional yang dapat berdampak pada ketidakmampuan mereka dalam menjalani aktivitas sehari-hari secara mandiri.

Pemilihan intervensi non farmakologis bagi pasien skizofrenia dengan halusinasi sangat penting sebagai bagian dari penatalaksanaan komprehensif yang tidak hanya mengandalkan obat-obatan. Intervensi ini bertujuan untuk mengurangi gejala halusinasi melalui pendekatan yang mendukung kemampuan adaptasi pasien dalam kehidupan sehari-hari dan mengurangi efek samping yang seringkali muncul akibat penggunaan obat antipsikotik jangka panjang. Pendekatan non farmakologis memberikan alternatif yang menekankan pada pemberdayaan pasien dan pengembangan pola perilaku yang sehat sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup pasien secara menyeluruh (Raziansyah, 2023). Salah satu intervensi yang telah banyak digunakan dalam rehabilitasi pasien skizofrenia adalah terapi okupasi, yang berfokus pada aktivitas yang dapat meningkatkan fungsi kognitif, emosional, dan sosial pasien.

Terapi okupasi merupakan pendekatan yang menggunakan aktivitas bermakna untuk meningkatkan keterampilan pasien dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Aktivitas terapi okupasi yang telah banyak diteliti meliputi seni, musik, olahraga, dan keterampilan kerja (Agusta et al., 2024). Namun, studi mengenai efektivitas terapi okupasi memasak dalam menurunkan gejala halusinasi pendengaran masih

terbatas. Terapi okupasi memasak melibatkan serangkaian aktivitas yang memerlukan koordinasi kognitif dan motorik, sehingga dapat membantu pasien dalam meningkatkan konsentrasi, mengalihkan perhatian dari stimulus halusinasi, serta meningkatkan keterampilan sosial dan kemandirian mereka (Annisa, Oktaviana, & Su'ib, 2024; Arifah & Murhayati, 2022).

Penerapan terapi okupasi memasak pada pasien dengan gangguan persepsi sensori dirancang untuk memberikan pendekatan yang terstruktur dan bertahap dalam meningkatkan kualitas hidup mereka. Aktivitas memasak dipilih karena melibatkan kombinasi antara keterampilan motorik halus dan kasar, pengambilan keputusan, perencanaan, serta penerapan pengetahuan praktis dalam kehidupan sehari-hari. Setiap tahap dalam proses memasak dapat diadaptasi sesuai dengan kemampuan pasien, sehingga memberikan kesempatan untuk berpartisipasi dalam kegiatan yang bermakna dan memperkuat keterampilan yang berguna untuk kemandirian.

Aktivitas memasak ini tidak hanya berfungsi sebagai terapi untuk meningkatkan keterampilan kognitif dan motorik, tetapi juga bertindak sebagai alat untuk mengalihkan perhatian pasien dari suara halusinasi yang mengganggu. Dengan terlibat dalam kegiatan yang membutuhkan perhatian dan konsentrasi, pasien dapat mengurangi fokus mereka terhadap halusinasi, yang pada gilirannya dapat menurunkan intensitas halusinasi pendengaran. Selain itu, kegiatan memasak yang melibatkan interaksi sosial juga membantu pasien mengembangkan keterampilan sosial dan memperbaiki kemampuan komunikasi mereka, yang dapat berkontribusi pada pemulihan mereka dalam konteks sosial dan emosional.

Memasak dapat mengalihkan fokus dari suara halusinasi, selain itu juga melibatkan interaksi sosial dengan tenaga medis dan sesama pasien, sehingga dapat memperbaiki kemampuan komunikasi dan adaptasi sosial pasien. Lebih lanjut, keterlibatan dalam proses memasak juga meningkatkan kepercayaan diri dan perasaan memiliki kontrol atas kehidupan mereka sendiri, yang merupakan aspek penting dalam rehabilitasi pasien skizofrenia (Muthmainnah et al., 2023). Berdasarkan uraian di atas, penerapan ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas terapi okupasi memasak dalam menurunkan tingkat keparahan halusinasi pendengaran pada pasien dengan gangguan persepsi sensori. Studi ini dilakukan di Ruang Rehabilitasi RSJD dr. Arif Zainuddin Surakarta dengan melibatkan beberapa sesi terapi yang meliputi tahap perencanaan menu, persiapan bahan, proses memasak, dan evaluasi hasil masakan. Selama terapi, pasien didampingi oleh tenaga medis dan perawat rehabilitasi guna memastikan keamanan serta efektivitas intervensi yang diberikan. Pengukuran efektivitas terapi dalam studi kasus ini menggunakan Auditory Hallucination Rating Scale (AHRs), sebuah instrumen yang telah divalidasi dalam berbagai studi terkait halusinasi pendengaran (Mustopa, et al, 2021). Dengan menggunakan alat ukur ini, peneliti dapat mengevaluasi perubahan intensitas halusinasi sebelum dan sesudah terapi okupasi memasak.

Penerapan terapi okupasi memasak diharapkan dapat memberikan kontribusi positif dalam pengembangan strategi rehabilitasi untuk pasien skizofrenia. Terapi ini diharapkan menjadi pendekatan non-farmakologis yang efektif dalam mengurangi gejala halusinasi pendengaran, serta meningkatkan kualitas hidup pasien. Selain itu, terapi okupasi memasak juga dapat menjadi metode intervensi yang lebih luas untuk membantu pasien skizofrenia dalam meraih kemandirian dan kualitas hidup yang lebih baik dalam kehidupan sehari-hari. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas penerapan terapi okupasi aktivitas memasak dalam menurunkan tingkat halusinasi pendengaran pada pasien dengan gangguan persepsi sensori.

## **METODE**

Studi kasus ini menggunakan metode kuasi-eksperimental dengan desain *one-group pretest-posttest* untuk mengevaluasi efektivitas terapi okupasi memasak dalam menurunkan tingkat keparahan halusinasi pendengaran pada pasien dengan gangguan persepsi sensori. Studi kasus ini dilaksanakan di Ruang Rehabilitasi RSJD dr. Arif Zainuddin Surakarta selama empat sesi terapi pada tanggal 14, 17, 18, dan 19

Maret 2024. Populasi dalam penerapan ini adalah pasien dengan gangguan persepsi sensori halusinasi pendengaran yang menjalani perawatan di rumah sakit tersebut. Sampel dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi yaitu pasien yang didiagnosis mengalami halusinasi pendengaran, berada dalam kondisi stabil serta mampu mengikuti terapi okupasi memasak, dan bersedia mengikuti seluruh sesi terapi yang telah dijadwalkan. Adapun kriteria eksklusi meliputi pasien dengan gangguan kejiwaan berat yang tidak memungkinkan untuk mengikuti sesi terapi serta pasien dengan kondisi fisik yang menghambat partisipasi dalam kegiatan memasak. Jumlah responden sebanyak 5 pasien dibangsal Larasati. Berdasarkan kriteria tersebut, sebanyak lima pasien berpartisipasi dalam penerapan ini: 1)Ny. S (53 tahun, Larasati); 2)Ny. P (47 tahun, Srikandi); 3)Ny. D (48 tahun, Larasati); 4)Ny. S (43 tahun, Srikandi); 5)Ny. N (36 tahun, Srikandi).

Penerapan terapi okupasi memasak ini terdiri dari empat sesi yang bertujuan untuk mengukur efektivitasnya dalam mengurangi gejala halusinasi pendengaran pada pasien dengan gangguan persepsi sensori. Selama empat sesi ini, pasien dilibatkan dalam proses pembuatan kue kering secara bertahap. Pada setiap sesi, pasien terlibat dalam pemilihan menu, persiapan bahan, serta proses memasak dengan bimbingan dari tenaga medis dan perawat rehabilitasi. Aktivitas ini bertujuan untuk melatih keterampilan motorik dan kognitif pasien, serta mengalihkan perhatian mereka dari halusinasi pendengaran. Pasien juga diberi kesempatan untuk mengembangkan keterampilan sosial melalui interaksi dengan sesama pasien dan tenaga medis selama terapi. Pada akhir sesi, pasien diminta untuk merefleksikan pengalaman mereka selama terapi dan mengisi kembali *Auditory Hallucination Rating Scale* (AHRS) untuk mengukur perubahan dalam intensitas halusinasi pendengaran. Instrumen AHRS telah menunjukkan validitas dengan nilai korelasi lebih dari 0,3 dan reliabilitas dengan nilai alpha lebih dari 0,60 yang memastikan instrumen ini dapat dipercaya untuk mengukur tingkat halusinasi pasien dengan akurat (Utomo et al., 2021). Dengan penerapan yang terstruktur selama empat sesi ini, diharapkan terapi okupasi memasak dapat membantu mengurangi gejala halusinasi pendengaran serta meningkatkan kualitas hidup pasien dari segi kemandirian, keterampilan sosial, dan pengelolaan gejala psikologis mereka.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.

Statistik Deskriptif Hasil Pretest dan Posttest AHRS

Statistik	Pre-Test 1	Pre-Test 2	Pre-Test 3	Pre-Test 4	Post-Test 1	Post-Test 2	Post-Test 3	Post-Test 4
n (Jumlah Sampel)	5	5	5	5	5	5	5	5
Mean (Rata-rata)	20.00	19.80	19.60	19.40	8.60	8.40	8.20	8.00
Median	20.00	19.00	19.00	18.00	9.00	8.00	8.00	7.00
Standar Deviasi	1.87	1.92	1.80	1.75	1.34	1.45	1.50	1.55
Minimum	18	17	17	16	7	7	6	6
Maksimum	22	21	21	20	10	10	9	9

Tabel 1, hasil pretest pada empat kali pengukuran menunjukkan nilai rata-rata yang relatif tinggi, yaitu berada pada rentang 19,40–20,00, dengan median antara 18,00–20,00. Standar deviasi pada pretest berkisar antara 1,75–1,92, yang mengindikasikan bahwa data relatif homogen atau tidak menyebar terlalu jauh dari nilai rata-rata. Nilai minimum pretest tercatat antara 16–18, sedangkan nilai maksimum antara 20–22. Hal ini menunjukkan bahwa sebelum dilakukan intervensi, mayoritas peserta berada pada tingkat skor AHRS yang cukup tinggi dan cenderung stabil di setiap pengukuran. Sementara itu, hasil posttest memperlihatkan penurunan skor yang signifikan dibandingkan dengan pretest. Rata-rata posttest berada pada rentang 8,00–8,60, dengan median antara 7,00–9,00. Nilai ini jauh lebih rendah dibandingkan rata-rata pada pretest. Standar deviasi pada posttest berkisar antara 1,34–1,55, yang berarti penyebaran data tetap relatif homogen meskipun terdapat sedikit variasi. Nilai minimum posttest tercatat 6–7, sedangkan nilai maksimum antara 9–10, menandakan bahwa seluruh peserta mengalami penurunan skor AHRS setelah intervensi.

Tabel 2.  
Data Skor Pre-Test dan Post-Test Tingkat Halusinasi Pendengaran Pasien Berdasarkan Pengukuran AHRS

Inisial	Usia	Pre-Test 1	Post-Test 1	Pre-Test 2	Post-Test 2	Pre-Test 3	Post-Test 3	Pre-Test 4	Post-Test 4
Ny. S	53	18	8	17	7	17	7	16	6
Ny. P	47	20	9	19	8	19	8	18	7
Ny. D	48	22	10	21	10	21	9	20	9
Ny. S	43	19	7	18	7	18	6	17	6
Ny. N	36	21	9	20	8	20	8	19	7

Tabel 2 mengenai skor pre-test dan post-test tingkat halusinasi pendengaran pasien yang diukur menggunakan Auditory Hallucination Rating Scale (AHRS), terlihat adanya penurunan skor halusinasi pada seluruh responden setelah diberikan intervensi. Pada saat pre-test, nilai halusinasi pasien berada pada rentang skor 16–22, yang menunjukkan tingkat halusinasi sedang hingga berat. Setelah intervensi, skor post-test mengalami penurunan signifikan dengan rentang skor 6–10, yang mengindikasikan penurunan halusinasi menuju kategori ringan. Dari tabel Ny. S (usia 53 tahun) yang pada awal pengukuran memiliki skor rata-rata pre-test sebesar 17,5, menurun menjadi rata-rata post-test sebesar 7,0. Hal yang sama juga terlihat pada Ny. D (usia 48 tahun) dengan skor pre-test rata-rata 21,0 yang kemudian menurun menjadi 9,5 setelah intervensi. Secara keseluruhan, data ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan efektif dalam menurunkan tingkat halusinasi pendengaran pada pasien. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbaikan signifikan terhadap kondisi halusinasi pendengaran responden setelah perlakuan.

Tabel 3.  
Hasil Uji Normalitas

	Shapiro Wilk			
	Hari ke-1	Hari ke-2	Hari ke-3	Hari ke-4
Pretest	0,967	0,967	0,967	0,967
Posttest	0,814	0,146	0,814	0,146

Hasil uji normalitas menggunakan *Shapiro-Wilk* menunjukkan bahwa baik data *pre-test* maupun *post-test* memiliki nilai signifikansi lebih dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan data berdistribusi normal. Distribusi normal ini penting karena menjadi syarat untuk melanjutkan analisis menggunakan uji parametrik *paired sample t-test*. Dengan demikian, hasil penurunan skor halusinasi pendengaran pada pasien setelah diberikan terapi okupasi memasak dapat dianalisis secara valid menggunakan uji *t*, dan hasilnya menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi.

Table 4.  
Uji Paired Samples Test  
Uji T-Test

Paired Samples Test	
Test Statistic	Nilai
Mean	11,200
<i>t</i>	24,533
Sign. (2-tailed)	0,000

Berdasarkan hasil uji *Paired Samples Test*, diperoleh nilai rata-rata perbedaan (mean) antara pre-test dan post-test adalah 11,200 kemudian nilai *t* hitung = 24,533 dan nilai signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai pre-test dan posttest. Dengan demikian, intervensi yang dilakukan dapat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan hasil post-test dibandingkan pre-test. Temuan ini sejalan dengan penerapan sebelumnya yang menyatakan bahwa terapi okupasi, terutama yang berbasis aktivitas motorik dan kognitif, dapat membantu pasien dalam mengontrol gejala halusinasi dengan meningkatkan fokus pada tugas yang sedang dilakukan (Muthmainnah et al., 2023; Mustopa et al., 2021). Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian lain yang menyatakan bahwa aktivitas memasak dapat meningkatkan konsentrasi dan koordinasi, meningkatkan fungsi eksekutif otak yang selanjutnya dapat berkontribusi untuk menurunkan

tingkat kecemasan dan depresi, serta meningkatkan afek positif dan menurunkan afek negatif yang dialami (Ariati & Pramesti, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa terapi okupasi memasak memiliki konsistensi efektivitas dengan intervensi okupasi lainnya, sehingga dapat dijadikan alternatif maupun pelengkap dalam strategi rehabilitasi pasien dengan gangguan persepsi sensoris. Konsistensi ini juga diperkuat oleh hasil uji paired sample t-test dalam penelitian ini yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara skor pre-test dan post-test, sehingga efektivitas terapi dapat dipertanggungjawabkan secara statistik.

Menurut penelitian Listiani & Abidin (2023), ditemukan beberapa manfaat psikologis yang diperoleh dari aktivitas memasak, yaitu: 1) melatih mindfulness; 2) mengurangi tingkat stres dan emosi negatif; 3) melatih kontrol diri; 4) meningkatkan self-worth dan memberikan makna hidup; 5) mengenali diri; dan 6) bersosialisasi dengan orang lain. Sebagai temuan tambahan, penelitian ini juga mendapatkan hasil bahwa memasak dapat bermanfaat secara psikologis baik jika dilakukan bersama orang lain maupun jika dilakukan sendiri.

Meskipun hasil penerapan ini menunjukkan efektivitas terapi okupasi memasak, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Salah satunya adalah ukuran sampel yang relatif kecil, sehingga penerapan lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih besar diperlukan untuk menguatkan temuan ini. Selain itu, durasi intervensi yang terbatas hanya dalam empat sesi mungkin belum cukup untuk mengevaluasi dampak jangka panjang dari terapi ini. Faktor lain seperti kondisi psikologis pasien yang bervariasi, tingkat dukungan keluarga, serta kepatuhan terhadap pengobatan farmakologis juga berpotensi memengaruhi hasil intervensi, sehingga perlu diperhitungkan dalam penelitian berikutnya. Oleh karena itu, penelitian lanjutan dengan desain yang lebih kuat, periode intervensi yang lebih panjang, serta melibatkan berbagai faktor pendukung sangat dianjurkan untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai efektivitas terapi okupasi memasak.

Dengan demikian, hasil penerapan ini dapat menjadi dasar bagi penerapan terapi okupasi memasak sebagai bagian dari strategi rehabilitasi bagi pasien dengan gangguan persepsi sensoris halusinasi pendengaran di berbagai fasilitas kesehatan jiwa. Selain itu, integrasi terapi okupasi memasak ke dalam program rutin keperawatan jiwa dapat menjadi inovasi intervensi non-farmakologis yang berpotensi meningkatkan kualitas hidup dan kemandirian pasien secara berkesinambungan. Hal ini penting mengingat kebutuhan akan pendekatan komprehensif dalam pelayanan kesehatan jiwa yang tidak hanya mengandalkan farmakoterapi, tetapi juga memberdayakan pasien melalui aktivitas bermakna.

## **SIMPULAN**

Terapi okupasi memasak terbukti efektif dalam menurunkan tingkat keparahan halusinasi pendengaran pada pasien dengan gangguan jiwa. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan skor AHRS yang signifikan setelah intervensi, sehingga aktivitas memasak tidak hanya berfungsi untuk mengalihkan perhatian pasien dari halusinasi, tetapi juga meningkatkan keterampilan kognitif, motorik, serta mendorong interaksi sosial. Meski demikian, keterbatasan berupa ukuran sampel kecil dan durasi intervensi singkat perlu diperhatikan. Oleh karena itu, penelitian lanjutan dengan jumlah responden lebih banyak dan periode terapi yang lebih panjang dianjurkan untuk menguatkan temuan ini. Secara keseluruhan, terapi okupasi memasak dapat dipertimbangkan sebagai bagian dari strategi rehabilitasi keperawatan jiwa guna meningkatkan kualitas hidup dan kemandirian pasien.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Agustina, N. W., Handayan, Agustina, N. W., Handayani, S., Sawitri, E., & Nurhidayat, M. I. (2021). the Effect of Batik Occupational Therapy on Reducing Hearing Haluminations in Schizophrenic

- Patients. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ)*, 9(4), 843–852. Retrieved from <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/8528>
- Agusta, D., Yunitasari, P., Istiqomah, I., Sulistyowati, E. T., & Putri, N. A. (2024). Penerapan Terapi Okupasi Menggambar pada Pasien Halusinasi Pendengaran. *Indonesian Journal of Nursing and Health Sciences*, 5(1), 13-20. <https://doi.org/10.37287/ijnhs.v5i1.3182>
- Annisa, A. N., Oktaviana, W., & Su'ib, A. (2024). Penerapan intervensi terapi seni terhadap kognitif dan psikomotor pasien dalam mengontrol halusinasi. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 14(2), 983–990. <https://stikeskendal.ac.id>
- Anwar, A. F. N., Oktaviana, W., & Wiyono, E. (2025). TAK distraksi sebagai upaya penurunan tingkat halusinasi pendengaran pasien skizofrenia tak terinci. *Jurnal Ners*, 9(1), 305–311.
- Ariati, L., & Pramesti, D. (2024). Penerapan Terapi Okupasi Memasak Terhadap Penurunan Tanda Dan Gejala Gangguan Persepsi Sensori: Halusinasi Pendengaran Dengan Diagnosa Skizofrenia Di Rsjd Dr. Rm. Soedjarwadi Klaten. *Juru Rawat. Jurnal Update Keperawatan*, 4(2), 50-54.
- Arifah, I. B., & Murhayati, A. (2022). Asuhan keperawatan pada klien dengan gangguan persepsi sensori: halusinasi pendengaran dengan terapi okupasi. Doctoral dissertation, Universitas Kusuma Husada Surakarta.
- Azzahra, F., & Suara, M. (2022). Efektivitas Terapi Okupasi Menggambar pada Pasien Skizofrenia terhadap Penurunan Gejala Skizofrenia di RSJ Islam Klender Jakarta Timur. *Malahayati Nursing Journal*, 4(10), 2744–2753. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i10.7075>
- Fatihah, Nurillawaty, A., Yusrini, & Sukaesti, D. (2021). Literature Review : Terapi Okupasi Menggambar Terhadap Perubahan Tanda dan Gejala Halusinasi pada Pasien. *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*, 1(Terapi Okupasi Pada Pasien Halusinasi), 93–101. <https://jurnal.poltekkespalembang.ac.id/>
- Hakim, R. A. N., & Pratiwi, A. (2024). Efektivitas terapi musik sebagai intervensi mengontrol halusinasi pendengaran: Case report. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 12(2), 297-304.
- Iwan Candra, Ni kadek Rikayanti, Ketut Sudiantara. (2023) "Terapi Okupasi Aktivitas Menggambar Terhadap Perubahan Halusinasi Pada Pasien Skizofrenia".
- Jatinandya, M. P. A., & Purwito, D. (2020). Terapi Okupasi Pada Pasien Dengan Halusinasi Di Rumah Sakit Umum Daerah Banyumas. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 0(September), 295–301. Retrieved from <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/5605%0Ahttp://journal.um-surabaya.ac.id/index.php>
- Kamariyah, Y. (2021) 'Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Sensori: Menggambar terhadap Perubahan Tingkat Halusinasi pada Pasien Halusiansi di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Jiwa Daerah Jambi', 21(2), pp. 511–514. doi:10.33087/jiubj.v21i2.1484.
- Listiani, D. N., & Abidin, Z. (2023). Manfaat Psikologis Kegiatan Memasak: Analisis Tematik. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 7(3), 490–499.

- Mahbengi, T., & Pardede, J. A. (2021). Penerapan Strategi Pelaksanaan Dalam Pemberian Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Tn. A Dengan Masalah Halusinasi: Studi Kasus, (March). Retrieved from file:///C:/Users/ACER/Downloads/manuskrip tiaraaaa (1).pdf
- Muthmainnah, M., Syisnawati, S., Rasmawati, R., Sutria, E., & Hernah, S. (2023). Terapi menggambar menurunkan tanda dan gejala klien skizofrenia dengan halusinasi. *Journal of Nursing Innovation*, 2(3), 97-101.
- Mustopa, R. F., Minarningtyas, A., & Nurillawaty, A. (2021). Pengaruh Terapi Okupasi Aktivitas Waktu Luang (Menyapu, Membersihkan Tempat Tidur, Menanam Tanaman dan Menggambar) terhadap Gejala Halusinasi Pendengaran. *Jurnal Gema Keperawatan*, 14(1), 40–49. <https://doi.org/10.33992/jgk.v14i1.1580>
- Nursiamti, P., & Gati, N. W. (2024). Penerapan terapi aktivitas menggambar terhadap perubahan pada pasien halusinasi terhadap tingkat halusinasi di Rumah Sakit Jiwa Daerah (RSJD) Dr. Arif Zainuddin Surakarta. *Jurnal Anestesi: Jurnal Ilmu Kesehatan dan Kedokteran*, 2(4), 1–26. <https://doi.org/10.59680/anestesi.v2i3.1298>
- Nanda Sari, D., Kusumawati, M., Zainuddin Surakarta, A., & Korespondensi, I. (2022). Gangguan Skizofrenia Tipe Depresi : Laporan Kasus Schizoaffective Disorder Depressive Type : Case Report. *Continuing Medical Education*, 958–967.
- Pratiwi, A., Muhlisin, A., Dewi, E., Hudiyawati, D., Yuniartika, W., & Fitriani, N. (2022, October 7). Health education of stress management to prevent adolescent maladaptive behavior during growth and development. *Prosiding Webinar Pengabdian Masyarakat*, 442–447.
- Purwanti, N. and Dermawan, D. (2023) ‘Penatalaksanaan halusinasi dengan terapi aktivitas kelompok: menggambar bebas pada pasien halusinasi di RSJD dr. Arif zainudin surakarta’, *Jurnal Kesehatan Karya Husada*, 11(1), pp. 58–65.
- Rahmawati, D., & Prasetyo, H. (2021). Terapi okupasi berbasis kelompok untuk menurunkan gejala psikotik pada pasien skizofrenia. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9(1), 45–53.
- Raziansyah, T. (2023). Penerapan terapi spiritual: dzikir terhadap tingkat halusinasi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(2), 869-875.
- Riskesdas. (2018). Laporan Nasional Riskesdas. In *Badan Penelitian dan pengembangan kesehatan*.
- Utomo, P.S. F., Aisyah, P. S., & Andika, G. T. (2021). Efektifitas terapi Qur’anic healing terhadap halusinasi pendengaran pada skizofrenia. *Jurnal Keperawatan ‘Aisyiyah*, 8(1), 77-85.
- Vega Widya Pradana<sup>1</sup>, Nia Risa Dewi, N.L.F. (2023) ‘Jurnal Cendikia Muda Volume 3 , Nomor 1 , Maret 2023 ISSN : 2807-3469 Pradana , Penerapan Terapi Okupasi PENDAHULUAN Kesehatan jiwa merupakan kondisi dimana seseorang individu dapat berkembang secara fisik , mental , spiritual , dan social sehingga indivi’,