



PENERAPAN LATIHAN MENGHARDIK PADA PASIEN SKIZOFRENIA DENGAN GANGGUAN PERSEPSI SENSORI PENDENGARAN

Eriska Amy Maulita*, Arni Nur Rahmawati

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa, Jl. Raden Patah No. 100, Ledug, Kembaran, Banyumas, Jawa Tengah 53182, Indonesia

*eriska.maulita@gmail.com

ABSTRAK

Halusinasi pendengaran merupakan salah satu gejala utama pada pasien dengan gangguan jiwa yang dapat mengganggu kemampuan mengendalikan perilaku dan fungsi sosial. Studi kasus ini bertujuan menggambarkan penerapan asuhan keperawatan dalam membantu pasien mengontrol halusinasi melalui penerapan teknik menghardik. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan proses pengkajian, penentuan diagnosis, perencanaan tindakan, pelaksanaan, dan evaluasi pada seorang pasien yang dirawat di rumah sakit jiwa. Data dikumpulkan melalui observasi perilaku pasien, wawancara, dan pemeriksaan rekam medis selama masa perawatan. Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan frekuensi dan intensitas halusinasi sebelum dan sesudah intervensi. Intervensi yang diberikan meliputi pembinaan hubungan saling percaya, edukasi mengenai halusinasi, pelatihan teknik menghardik, pemberian dukungan emosional, serta pemantauan perilaku selama masa perawatan. Hasil penerapan intervensi menunjukkan adanya penurunan frekuensi kemunculan halusinasi, peningkatan kemampuan pasien mengenali isi halusinasi, serta kemampuan pasien menolak dan mengalihkan perhatian ketika halusinasi muncul. Pasien tampak lebih tenang, mampu berinteraksi dengan lebih baik, dan tidak lagi mengikuti isi halusinasi. Hasil ini menunjukkan bahwa teknik menghardik dapat membantu meningkatkan pengendalian diri pasien terhadap halusinasi pendengaran.

Kata kunci: asuhan keperawatan; halusinasi pendengaran; skizofrenia; teknik menghardik

IMPLEMENTATION OF REBUKING TRAINING IN A SCHIZOPHRENIA PATIENT WITH AUDITORY SENSORY PERCEPTION DISORDERS

ABSTRACT

Auditory hallucinations are one of the main symptoms experienced by patients with mental disorders and can interfere with their ability to control behavior and maintain social functioning. This case study aims to describe the implementation of nursing care in helping a patient control hallucinations through the application of the rebuking technique. The method used was a case study involving assessment, diagnosis, planning, implementation, and evaluation carried out on a patient hospitalized in a mental health facility. The interventions provided included building a therapeutic relationship, providing education about hallucinations, teaching the rebuking technique, giving emotional support, and monitoring the patient's behavior during treatment. The results of the intervention showed a decrease in the frequency of hallucinations, an improvement in the patient's ability to recognize the content of the hallucinations, and the ability to reject and redirect attention when hallucinations occurred. The patient appeared calmer, interacted better, and no longer followed the hallucinated commands. These findings demonstrate that the rebuking technique can improve the patient's self-control over auditory hallucinations.

Keywords: auditory hallucinations; nursing care; rebuking technique; schizophrenia

PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa merupakan bagian penting dari kesehatan masyarakat, karena gangguan jiwa berat seperti skizofrenia menimbulkan dampak luas bagi individu, keluarga, dan lingkungan sosial (Hapsaria & Azharib, 2020). Skizofrenia merupakan gangguan mental berat yang ditandai oleh distorsi persepsi, gangguan proses pikir, perubahan emosi, serta perilaku maladaptif. Salah satu

gejala yang paling sering muncul adalah halusinasi pendengaran, yaitu persepsi suara tanpa adanya rangsangan eksternal yang nyata. Halusinasi pendengaran menjadi gejala yang dominan pada pasien skizofrenia dan memberikan dampak signifikan terhadap fungsi sosial, kontrol diri, dan kualitas hidup pasien (Gasril *et al.*, 2021 dalam Nurita & Rahmawati, 2024).

Secara global, WHO melaporkan lebih dari 450 juta penduduk dunia mengalami gangguan jiwa, dan sekitar 1,7 per 1.000 penduduk di Indonesia mengalami gangguan jiwa berat seperti skizofrenia (Riskesdas 2013 dalam Rodin *et al.*, 2024). Halusinasi yang tidak tertangani dapat menyebabkan berbagai dampak negatif bagi pasien, antara lain peningkatan kecemasan, ketidakmampuan membedakan realitas, risiko perilaku kekerasan, isolasi sosial, serta penurunan kemampuan dalam beraktivitas sehari-hari (Yusuf *et al.*, 2015 dalam Rodin *et al.*, 2024). Kondisi ini juga terjadi pada Ny. S, yang sering mendengar bisikan yang menyuruhnya pergi sehingga memicu kecemasan, perilaku tidak tenang, dan beberapa kali menyebabkan tindakan agresif kepada keluarga. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya intervensi keperawatan yang tepat untuk membantu pasien mengendalikan halusinasi (Hertati *et al.*, 2022).

Salah satu intervensi keperawatan yang terbukti efektif dalam mengatasi halusinasi pendengaran adalah teknik menghardik, yaitu metode bagi pasien untuk menolak atau menentang isi halusinasi dengan mengucapkan kalimat penolakan yang tegas, sehingga membantu pasien mengontrol stimulus internal yang muncul (Angriani *et al.*, 2022). Hal ini sejalan dengan penelitian (Rodin *et al.*, 2024) yang menunjukkan bahwa teknik menghardik mampu meningkatkan kemampuan pasien dalam mengendalikan halusinasi secara signifikan, dengan peningkatan skor kemampuan dari 3,50 menjadi 7,00 setelah intervensi. Hasil ini sejalan dengan temuan Nurita & Rahmawati (2024) yang menunjukkan bahwa latihan menghardik dapat membantu pasien mengenali dan mengontrol halusinasinya secara lebih efektif. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan penerapan teknik menghardik sebagai intervensi keperawatan dalam membantu pasien skizofrenia mengendalikan halusinasi pendengaran, serta mengevaluasi efeknya terhadap kemampuan pengendalian diri dan perilaku pasien.

METODE

Penelitian ini dilakukan di Ruang Lily 11 RS Soeroio Magelang menggunakan desain penelitian studi kasus dengan mengikuti tahapan proses keperawatan, yakni pengkajian, perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi hasil. Subyek pada penelitian ini adalah pasien dengan masalah gangguan persepsi sensori pendengaran. Penelitian dilakukan di bulan Oktober 2025 selama 3 hari perawatan pada tanggal 24, 25, 27 Oktober. dengan menggunakan satu sampel penelitian skizofrenia dengan gangguan persepsi sensori pendengaran selama 3x7 jam. Proses pengumpulan data menggunakan format pengkajian, data rekam medis, wawancara, observasi serta pemeriksaan fisik menggunakan alat stetoskop, spigmanometer dan termometer. Hasil penelitian dianalisis secara deskriptif dan disajikan secara naratif untuk menggambarkan pelaksanaan implementasi menggunakan strategi pelaksanaan menghardik pada pasien skizofrenia dengan masalah keperawatan gangguan persepsi sensori pendengaran. Penerapan etik yang dilakukan peneliti dengan tidak menggunakan nama (*anonymity*) atas partisipan, selama penelitian menjaga *privacy* dan mempertahankan kenyamanan (*protective to discomfort*).

HASIL

Pada pengkajian awal, pasien Ny. S melaporkan masih sering mengalami halusinasi pendengaran berupa bisikan yang muncul 1–2 kali per hari, terutama ketika sedang sendiri. Isi halusinasi berupa perintah untuk pergi, yang membuat pasien merasa takut, cemas, dan terganggu. Tekanan emosional akibat konflik keluarga dan tuduhan yang tidak benar dari suaminya memperburuk kondisi psikologis pasien. Secara objektif tampak bahwa pasien sering melamun, menyanyi sendiri, menunjukkan pandangan mata kosong, kontak mata kurang adekuat, serta tampak gelisah, yang

mengindikasikan adanya aktivitas halusinasi aktif. Intervensi hari pertama berfokus pada membangun hubungan saling percaya (SP1) dan mengajarkan teknik menghardik (SP2). Perawat memantau perilaku halusinasi, mencatat intensitas dan isi halusinasi, memberikan dukungan emosional, serta menjelaskan cara mengontrol halusinasi. Pasien masih melaporkan bisikan yang terdengar jelas dan mengganggu. Observasi menunjukkan pasien tetap menarik diri, melamun, dan kurang mampu berkonsentrasi.

Pada hari kedua, intervensi diarahkan pada pelaksanaan SP3, yaitu melatih pasien untuk bercakap-cakap dengan orang lain sebagai bentuk distraksi adaptif. Pasien mengatakan bahwa bisikan mulai berkurang, tidur malam lebih baik, namun masih merasa sedih dan kesal terkait tekanan dari keluarga. Secara objektif, pasien tampak lebih stabil namun masih sering melamun, mondar-mandir, dan menarik diri dari lingkungan sekitar. Hari ketiga berfokus pada implementasi SP4, yaitu melatih pasien melakukan aktivitas terjadwal dan menggunakan teknik menghardik secara konsisten ketika halusinasi muncul. Pasien melaporkan bahwa bisikan sudah tidak muncul lagi dan merasa lebih tenang serta siap untuk pulang. Secara objektif, pasien tampak tenang, tidak menunjukkan perilaku menyerang, dan mampu mengontrol emosinya. Kontak mata masih sedikit kurang adekuat, namun konsentrasi pasien membaik.

Secara keseluruhan, penerapan terapi menghardik dan manajemen halusinasi pada pasien dengan gangguan persepsi sensoris pendengaran menggunakan intervensi SP1–SP4 membantu pasien dalam mengenali gejala halusinasi, memahami situasi pemicunya, dan mengontrol halusinasi melalui teknik menghardik dan distraksi verbal. Pasien juga menunjukkan peningkatan kemampuan mengelola emosi, sehingga masalah risiko perilaku kekerasan turut teratasi. Hasil ini menunjukkan bahwa intervensi berstruktur, termasuk bercakap-cakap dan teknik menghardik, efektif dalam menurunkan frekuensi halusinasi dan meningkatkan fungsi adaptif pasien skizofrenia

PEMBAHASAN

Hasil penerapan terapi menghardik dan intervensi strategi pelaksanaan (SP) pada Ny. S dengan gangguan persepsi sensoris pendengaran menunjukkan adanya penurunan tanda dan gejala halusinasi setelah klien dilatih dan dibimbing secara bertahap dalam mengenali serta mengontrol halusinasinya. Seiring meningkatnya kemampuan Ny. S dalam menggunakan teknik menghardik, frekuensi munculnya suara bisikan dan perilaku berbicara sendiri mulai berkurang. Hal ini sejalan dengan temuan Afdalia dan Sundari (2024) yang melaporkan bahwa teknik menghardik efektif menurunkan gejala halusinasi setelah intervensi dilakukan melalui pendekatan keperawatan yang terstruktur. Pada tahap SP1, Ny. S dibantu untuk mengenali halusinasi yang dialaminya, termasuk waktu munculnya suara, isi suara, frekuensi, serta respon yang ditimbulkan. Pada tahap ini, Ny. S menunjukkan peningkatan pemahaman terhadap masalah yang dialaminya dan mulai dapat membedakan antara suara nyata dan suara yang berasal dari halusinasi. Hal ini sesuai dengan konsep bahwa pengenalan halusinasi merupakan langkah awal dalam membangun kontrol diri pasien (Wahyuni *et al.*, 2021).

Selanjutnya pada SP2 dan SP3, Ny. S diajarkan teknik menghardik serta diarahkan untuk melakukan aktivitas terjadwal dan bercakap-cakap dengan orang lain ketika halusinasi muncul. Strategi ini membantu klien mengalihkan perhatian dari stimulus internal yang tidak nyata. Bukti empiris menunjukkan bahwa aktivitas terstruktur dan interaksi sosial mampu menurunkan intensitas halusinasi dengan memperkuat orientasi realitas pasien (Hendrawati *et al.*, 2022). Pada Ny. S, penerapan strategi tersebut tampak dari meningkatnya kemampuan klien untuk mengabaikan suara bisikan dan memilih berinteraksi atau melakukan aktivitas sederhana ketika halusinasi muncul. Tahap SP4 menekankan kepatuhan terapi, termasuk minum obat secara teratur jika mendapatkan terapi farmakologis dan mengevaluasi kemampuan klien dalam menerapkan teknik menghardik secara mandiri. Pada Ny. S, evaluasi menunjukkan bahwa klien mampu mengungkapkan kembali

langkah-langkah teknik menghardik dan mempraktikkannya tanpa dibimbing. Ini sejalan dengan temuan penelitian bahwa keberhasilan terapi menghardik sangat dipengaruhi oleh konsistensi latihan serta dukungan dari tenaga kesehatan dan lingkungan sekitar (Rahmawati & Sulastri, 2020). Secara keseluruhan, intervensi SP1–SP4 dinilai efektif dalam membantu Ny. S mengontrol halusinasi pendengaran. Klien tampak lebih tenang, tidak mudah terdistraksi, mampu menolak isi suara yang bersifat memerintah, serta memperlihatkan ketenangan dan penurunan perilaku melamun atau berbicara sendiri. Temuan ini sejalan dengan studi terbaru yang menunjukkan bahwa penerapan strategi pelaksanaan keperawatan generalis mampu meningkatkan kemampuan kontrol halusinasi dan menurunkan gejala secara signifikan (Septiani *et al.*, 2023).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penerapan intervensi manajemen halusinasi pada Ny. S, termasuk latihan teknik menghardik, dapat disimpulkan bahwa rangkaian tindakan keperawatan tersebut berkontribusi positif dalam menurunkan intensitas serta frekuensi halusinasi pendengaran yang dialami klien. Ny. S menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam mengenali kemunculan halusinasi, meresponsnya secara adaptif, serta mempertahankan kontrol diri ketika gejala muncul. Pelaksanaan intervensi sesuai rencana tindakan terbukti membantu klien menjadi lebih tenang, tidak mudah terfokus pada suara yang didengar, dan mampu mengalihkan perhatian secara lebih efektif. Secara keseluruhan, keberhasilan terapi sangat dipengaruhi oleh partisipasi aktif klien dalam mempraktikkan teknik yang diajarkan, sehingga keterlibatan klien menjadi faktor kunci dalam peningkatan kondisi dan pencegahan kekambuhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afdalia, R., & Sundari, S. (2024). Efektivitas teknik menghardik dalam menurunkan gejala halusinasi pada pasien skizofrenia. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 12(1), 45–52.
- Angriani, R., Yuliana, S., & Prasetyo, B. (2022). Penerapan teknik menghardik dalam manajemen halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 10(2), 99–108.
- Gasril, M., Nurita, E., & Rahmawati, I. (2021). Gangguan persepsi sensori pada pasien skizofrenia: Tinjauan klinis dan implikasi keperawatan. *Jurnal Psikiatri Indonesia*, 18(3), 210–220.* (Dikutip dalam Nurita & Rahmawati, 2024).
- Hapsaria, D., & Azharib, R. (2020). Kesehatan jiwa dalam konteks kesehatan masyarakat di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 150–159.
- Hendrawati, S., Lestari, D., & Pamungkas, A. (2022). Pengaruh aktivitas terjadwal dan interaksi sosial terhadap penurunan intensitas halusinasi pada pasien skizofrenia. *Jurnal Keperawatan Sehat Jiwa*, 9(2), 87–95.
- Hertati, R., Anggraeni, N., & Sari, W. (2022). Efektivitas strategi pelaksanaan keperawatan dalam mengontrol halusinasi pada pasien skizofrenia. *Indonesian Journal of Mental Health Nursing*, 3(1), 33–41.
- Nurita, E., & Rahmawati, I. (2024). Penerapan teknik menghardik dalam membantu pasien skizofrenia mengontrol halusinasi pendengaran. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 12(1), 22–30.
- Rahmawati, L., & Sulastri, H. (2020). Faktor pendukung keberhasilan terapi nonfarmakologis dalam manajemen halusinasi. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(1), 60–69.
- Rodin, M. A., Asniar, A., & Syamson, M. M. (2024). Efektivitas teknik menghardik terhadap kemampuan mengontrol halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia Puskesmas Lamuru Kabupaten Bone. *Journal of Nursing Innovation*, 3(1), 29–34.
- Septiani, T., Wulandari, S., & Prabowo, D. (2023). Efektivitas strategi pelaksanaan keperawatan generalis dalam mengontrol halusinasi pada pasien skizofrenia. *Jurnal Keperawatan Kesehatan Mental*, 11(1), 70–78.
- Wahyuni, A., Pratiwi, L., & Hamdani, R. (2021). Pengenalan halusinasi sebagai dasar peningkatan kontrol diri pada pasien skizofrenia. *Jurnal Keperawatan Psikiatri*, 9(2), 102–110.