

KARYA TULIS ILMIAH
TERAPI AKTIVITAS *WRITING ART JOURNALING* UNTUK
MENGONTROL HALUSINASI PENDENGARAN
DI RUMAH SAKIT ERNALDI BAHAR
SUMATERA SELATAN
TAHUN 2026



SELVI SEPRINA
NIM.PO.71.20.1.23.047

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN PALEMBANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEPERAWATAN PALEMBANG
TAHUN 2026

KARYA TULIS ILMIAH
TERAPI AKTIVITAS *WRITING ART JOURNALING* UNTUK
MENGONTROL HALUSINASI PENDENGARAN
DI RUMAH SAKIT ERNALDI BAHAR
SUMATERA SELATAN
TAHUN 2026

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Keperawatan



SELVI SEPRINA
NIM.PO.71.20.1.23.047

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN PALEMBANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEPERAWATAN PALEMBANG
TAHUN 2026

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Skizofrenia adalah gangguan mental yang dapat secara drastis memengaruhi persepsi individu terhadap diri mereka sendiri. Seseorang yang mengalami skizofrenia sering kali terjebak dalam pikiran negatif dan merasa tidak berharga. Mereka cenderung melihat diri mereka mengalami keraguan dan kritik, yang membuat harga diri mereka menurun. Dalam keadaan ini, perasaan putus asa dan ketidakmampuan untuk mengatasi tantangan hidup dapat memperburuk pandangan negatif mereka terhadap diri sendiri (Ildrem & Ginting, 2024).

Secara global, skizofrenia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius. *World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa pada tahun 2019, sekitar 24 juta orang di seluruh dunia, atau 1 dari setiap 300 orang (0,32% dari populasi global), menderita skizofrenia. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, Indonesia mencatat 0,3 hingga 1 kasus skizofrenia per 1.000 penduduk. Riskesdas 2018 melaporkan bahwa kira-kira 400.000 orang Indonesia, atau 1,7 per 1.000 orang, terkena skizofrenia. Hasil Riskesdas dari tahun 2013 dan 2018 menunjukkan peningkatan prevalensi skizofrenia di Indonesia (Silviyana, 2024).

Salah satu gejala utama yang paling sering dialami oleh pasien skizofrenia adalah halusinasi pendengaran. *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2021 menyebutkan bahwa sekitar 70% pasien skizofrenia mengalami halusinasi pendengaran. Halusinasi pendengaran dapat menyebabkan peningkatan kecemasan, gangguan fungsi sehari-hari, serta masalah psikososial. Pasien sering merasa terisolasi, tertekan, dan mengalami kecemasan yang mendalam, sehingga kondisi ini menjadi tantangan besar dalam pengelolaan penyakit serta peningkatan kualitas hidup pasien.

Di Indonesia, masalah kesehatan jiwa masih menjadi tantangan besar. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023) melaporkan bahwa sekitar 20% dari total 250 juta penduduk Indonesia berisiko mengalami gangguan

kesehatan mental. Data Kementerian Kesehatan RI tahun 2023 juga mencatat sebanyak 3.111 orang dengan masalah mental di Kota Palembang dan sekitar 16.029 orang atau 9,2% di Provinsi Sumatera Selatan (Septyanti et al., 2024).

Berdasarkan data Provinsi Sumatera Selatan tahun 2021, tercatat sebanyak 12.199 orang dengan gangguan jiwa berat (71,23%) telah mendapatkan pelayanan kesehatan. Selain itu, data rekam medis Rumah Sakit Jiwa Ernaldi Bahar Provinsi Sumatera Selatan menunjukkan jumlah pasien skizofrenia selama tiga tahun terakhir, yaitu sebanyak 1.367 orang pada tahun 2018, 542 orang pada tahun 2019, dan 442 orang pada tahun 2020, dengan total pasien laki-laki sebanyak 8.427 orang dan perempuan sebanyak 4.639 orang (Arisandy, W., Suherwin, Hipson, M., & Okaioni, 2024). Dari data tersebut menunjukkan bahwa skizofrenia masih menjadi masalah kesehatan jiwa yang membutuhkan perhatian serius.

Halusinasi pendengaran dapat mengganggu kenyamanan dan keseimbangan individu secara menyeluruh, baik dari aspek fisik, psikologis, spiritual, sosial, maupun lingkungan. Dampak halusinasi pendengaran meliputi perasaan panik, kecemasan berat, serta munculnya perilaku yang dipengaruhi oleh isi halusinasi. Kondisi ini dapat meningkatkan risiko perilaku berbahaya seperti melukai diri sendiri, bunuh diri, perilaku kekerasan, maupun membahayakan orang lain. Tanda dan gejala yang sering muncul pada pasien dengan halusinasi pendengaran antara lain mondar-mandir tanpa tujuan, berbicara atau tertawa sendiri, melamun, gelisah, bingung, serta mengalami disorientasi terhadap waktu dan tempat. Maka dari itu untuk meningkatkan manajemen kesehatan tersebut dengan pola pengaturan dan pengintergrasian program kesehatan kedalam kehidupan sehari-hari yang cukup untuk memenuhi tujuan kesehatan dan dapat ditingkatkan (SDKI, 2017). Perlu kita terapkan pada pasien halusinasi pendengaran yaitu motivasi diri merupakan keinginan internal individu untuk melakukan tindakan/perilaku positif seperti melakukan kegiatan aktivitas terjadwal (SLKI, 2019).

Penanganan yang dapat dilakukan pada pasien halusinasi biasanya melalui pendekatan farmakologis dan non-farmakologis. Secara farmakologis, terapi yang

umum digunakan adalah pemberian obat antipsikotik generasi pertama dan kedua, seperti risperidone, olanzapine dan quetiapine (Saharuddin, 2020). Namun demikian, pengobatan farmakologis saja sering kali belum cukup untuk mengontrol seluruh gejala, khususnya halusinasi pendengaran. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan non-farmakologis sebagai terapi pendamping.

Salah satu intervensi non-farmakologis yang dapat dilakukan oleh perawat adalah terapi aktivitas. Terapi aktivitas (SIKI I.05186) merupakan intervensi keperawatan yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan adaptif pasien melalui keterlibatan dalam aktivitas yang terstruktur, bermakna, dan sesuai dengan kemampuan pasien. Terapi ini terbukti efektif dalam menurunkan gejala psikotik, meningkatkan kontrol diri, serta memperbaiki fungsi sosial pasien dengan gangguan jiwa, termasuk pasien dengan halusinasi pendengaran (Mardiana & Fitri, 2024). Oleh karena itu, manfaat terapi aktivitas menjadi salah satu alternatif intervensi keperawatan untuk mengontrol halusinasi yang dialami, termasuk kemampuan untuk mengidentifikasi halusinasi tersebut dan mengelolanya dengan cara yang telah diajarkan. Strategi pelaksanaan untuk mengendalikan halusinasi agar tidak muncul kembali mencakup kegiatan mengenali halusinasi, memberikan teguran pada diri sendiri, minum obat, bercakap-cakap, serta menjalani aktivitas terjadwal (Hanifah, 2025).

Selain itu, terapi aktivitas *writing art journaling* atau menulis jurnal seni, dapat menjadi intervensi non-farmakologis yang efektif dalam membantu pasien skizofrenia, terutama mereka yang mengalami halusinasi pendengaran. Terapi aktivitas ini menggabungkan elemen tulisan dengan ekspresi seni atau gambar, yang memberikan ruang bagi pasien untuk mengekspresikan perasaan, dan pikiran mereka secara kreatif. Terapi menulis jurnal seni dapat mengurangi kecemasan, meningkatkan kesejahteraan emosional, dan memberikan pasien rasa kendali lebih terhadap pengalaman mereka. Selain itu, menulis juga dapat memberikan pasien kesempatan untuk mengekspresikan emosi yang mungkin sulit mereka sampaikan secara verbal, sehingga memfasilitasi proses penyembuhan mental dan sosialnya (Wang et al., 2018).

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa terapi aktivitas, khususnya *writing art journaling* dapat berperan signifikan dalam mengurangi gejala halusinasi pada pasien. Sebagai contoh hasil penelitian dari (Dudi, 2023) ini mendukung gagasan bahwa aktivitas kreatif seperti menulis dapat memperbaiki kemampuan pasien untuk memproses dan membedakan suara internal, sehingga menjadi salah satu cara yang efektif dalam mengelola halusinasi pada pasien skizofrenia. Selain itu, penelitian oleh (Rusdi & Kholifah, 2021) mengungkapkan bahwa *expressive writing therapy* dapat mengurangi kecemasan dan meningkatkan pengendalian halusinasi pada pasien gangguan mental, dengan lebih dari 70% pasien melaporkan penurunan signifikan dalam intensitas halusinasi setelah mengikuti terapi ini. Dan penelitian yang dilakukan oleh (Luo et al., 2022) menunjukkan bahwa *writing art journaling* sering kali dikategorikan sebagai terapi seni, pendekatan ini juga berfungsi sebagai terapi aktivitas yang dapat mendukung pengobatan standar, mengelola gejala psikotik, dan meningkatkan kesejahteraan psikologis serta sosial pasien skizofrenia secara keseluruhan.

Dengan demikian, Peran perawat sangat penting dalam mengembangkan terapi non-farmakologis yang lebih terintegrasi dan efektif, serta membuka peluang baru dalam pendekatan keperawatan yang berbasis pada aktivitas dan seni. Terapi ini dapat menjadi salah satu alternatif yang layak untuk diintegrasikan dalam praktik klinis guna membantu pasien dengan gangguan halusinasi mengelola gejala mereka dengan lebih baik dan memperbaiki kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan studi kasus dengan judul Terapi Aktivitas *Writing Art Journaling* Untuk Mengontrol Halusinasi Pendengaran Di Rumah Sakit Ernaldi Bahar Sumatera Selatan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti merumuskan masalah “Bagaimanakah Terapi Aktivitas *Writing Art Journaling* Untuk Mengontrol Halusinasi Pendengaran di Rumah Sakit Ernaldi Bahar Sumatera Selatan Tahun 2026?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan Umum dari Penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan Terapi Aktivitas *Writing Art Journaling* Untuk Mengontrol Halusinasi Pendengaran Di Rumah Sakit Ernaldi Bahar Sumatera Selatan Tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan proses pelaksanaan terapi aktivitas *writing art journaling* selama 7 hari pada pasien halusinasi pendengaran dengan masalah gangguan persepsi sensoris.
- b. Menganalisis hasil terapi aktivitas *writing art journaling* yang diperoleh pada pasien halusinasi pendengaran dengan masalah gangguan persepsi sensoris.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Pasien Skizofrenia Dengan Halusinasi

Diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pasien skizofrenia yang mengalami halusinasi pendengaran, khususnya dalam membantu pasien mengenali dan mengontrol suara-suara yang muncul. Melalui penerapan Terapi Aktivitas *Writing Art Journaling*, pasien dapat mengekspresikan ketakutan, perasaan dan pikiran halusinasinya dalam bentuk tulisan maupun gambar sederhana.

2. Manfaat Bagi Perkembangan Ilmu Keperawatan

Dapat menambah wawasan perlindungan, khususnya penerapan *Writing Art Journaling* pada pasien halusinasi pendengaran, sebagai

referensi intervensi nonfarmakologis yang kreatif, sederhana, dan mudah diterapkan dalam praktik perawatan jiwa.

3. Manfaat Bagi Rumah Sakit Ernaldi Bahar

Diharapkan dapat memberikan manfaat bagi Rumah Sakit Ernaldi Bahar sebagai bahan masukan dalam meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan jiwa, khususnya pada pasien skizofrenia dengan halusinasi pendengaran. Terapi Aktivitas *Writing Art Journaling* dapat dijadikan sebagai salah satu pilihan intervensi non-farmakologi yang sederhana, mudah dilakukan, dan dapat diterapkan di ruang perawatan.