

**PENGARUH *ACCEPTANCE AND COMMITMENT THERAPY* (ACT)
TERHADAP TANDA DAN GEJALA PADA PASIEN HALUSINASI
PENDENGARAN DI RSJD Dr ARIF ZAINUDIN SURAKARTA**

Moh Sofwan¹, Aria Nurahman², Andi Nugroho³

¹Mahasiswa Universitas Kusuma Husada Surakarta

² Universitas Kusuma Husada Surakarta

³Perawat Jiwa RSJD Dr. Arif Zainudin Provinsi Jawa Tengah

ABSTRAK

Halusinasi pendengaran merupakan gejala positif yang sering dijumpai pada pasien dengan skizofrenia. Halusinasi adalah terjadinya persepsi dalam kondisi sadar tanpa adanya rangsang yang nyata terhadap indera. *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT) merupakan terapi yang membantu menolong klien dengan menggunakan penerimaan psikologi sebagai strategi koping dalam situasi stres baik internal maupun eksternal yang tidak mudah untuk dapat diatasi. **Tujuan Penelitian ini** untuk mengetahui pengaruh *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT) terhadap tanda dan gejala pada halusinasi pendengaran. **Rancangan Penelitian** dengan metode studi kasus. Penelitian dilakukan terhadap 1 responden dan 1 kontrol. Kriteria inklusi yaitu pasien dengan masalah halusinasi, Terapi ACT terdiri 4 sesi dilakukan selama 4 hari dengan durasi 30-45 menit kemudian dilakukan penilaian tanda dan gejala halusinasi *pre* dan *post*. **Hasil penelitian** terdapat penurunan tanda dan gejala halusinasi setelah dilakukan terapi sebesar 50 %. Dapat disimpulkan *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT) berpengaruh diberikan pada pasien halusinasi pendengaran.

Kata kunci: *Acceptance And Commitment Therapy* (ACT), Halusinasi Pendengaran

A. LATAR BELAKANG

Kesehatan merupakan hal yang terpenting dalam kehidupan dimana WHO (2019) mendefinisikan kesehatan sebagai keadaan sehat fisik, mental dan social, bukan semata-mata tanpa penyakit. Menurut Johnson (1997, dalam Videbeck, 2008) dikatakan bahwa kesehatan jiwa merupakan suatu kondisi dimana sehat secara emosional, psikologis dan social yang terlihat dari hubungan interpersonal yang memuaskan, memiliki perilaku dan coping yang efektif, konsep diri yang positif serta emosi yang stabil. Seorang individu yang sehat secara mental dapat membantu dirinya dalam menentukan bagaimana berespon dan bersikap yang tepat terhadap segala situasi yang terjadi.

Angka kejadian gangguan jiwa menurut WHO (World Health Organization) sekitar 450 juta jiwa termasuk skizofrenia. Di Indonesia penduduk mengalami gangguan jiwa sebanyak 6,7 per 1000 rumah tangga, yang artinya dari 1000 rumah tangga terdapat 6,7 rumah tangga yang mempunyai anggota rumah tangga (ART) pengidap skizofrenia/psikosis (Riskedas, 2018). Gejala umum yang paling sering terjadi pada klien skizofrenia adalah gangguan sensori persepsi yang sering disebut dengan halusinasi. Orang yang mengalami halusinasi tidak mampu membedakan antara rangsangan internal dan rangsangan eksternal.

Penelitian tentang ACT telah banyak dilakukan diluar negeri seperti yang dilakukan oleh beberapa peneliti sudah melakukan penelitian mengenai terapi ACT diantaranya adalah yang

dilakukan oleh Brandon, et al. (2010) untuk mengetahui terapi yang paling potensial dalam menurunkan gejala psikotis antara ACT dengan CBT. ACT merupakan salah satu terapi dimana klien diajarkan untuk menerima pikiran yang mengganggu dan tidak menyenangkan dengan menempatkan diri sesuai dengan nilai yang dianut sehingga ia akan menerima dengan kondisi yang ada. Diharapkan dengan itu semua klien dapat menentukan apa yang terbaik untuk dirinya dan berkomitment untuk melakukan apa yang sudah dipilih olehnya. ACT dapat diberikan pada lingkup non klinis dan klinis. Pada penelitian-penelitian yang ada, terapi ACT baru diberikan secara individu yang mengalami gangguan psikososial dan gangguan jiwa.

Berdasarkan data Rekam Medis RSJD Dr Arif Zainudin Provinsi Jawa Tengah jumlah penderita gangguan jiwa pada tiga tahun terakhir cukup tinggi. Halusinasi menjadi masalah keperawatan yang paling banyak dari klien yang mengalami gangguan jiwa. Pada bulan April 2024 halusinasi menempati urutan pertama diagnosa terbanyak dengan jumlah kasus 3428..

B. METODE STUDI KASUS

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Studi kasus adalah penelitian yang dilakukan dengan meneliti suatu permasalahan melalui studi kasus yang terdiri dari unit tunggal dengan pokok pertanyaan yang berkenaan dengan how atau why. Unit tunggal dapat berarti satu orang atau sekelompok orang yang terkena suatu masalah. Pendekatan studi kasus

ini adalah dengan menggambarkan secara komprehensif mengenai efek penerapan Acceptance and Commitment Therapy (ACT) pada klien halusinasi pendengaran.

Subyek adalah klien dengan masalah halusinasi yang di rawat di ruang Abimanyu RSJD Dr Arif Zainudin Provinsi Jawa Tengah.

Fokus studi kasus yang dilakukan adalah menerapkan salah satu tindakan CBT yaitu Acceptance and Commitment Therapy (ACT) pada klien halusinasi.

Tempat dilakukan studi kasus di ruang Abimanyu RSJD Dr Arif Zainudin pada tanggal 4 s/d 7 Juni 2024

C. HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengkajian ditemukan data bahwa klien dengan masalah halusinasi pendengaran akan mengalami masalah atau gangguan pada persepsi panca indranya, klien mendengar adanya suara bisikan tanpa adanya rangsangan dari luar.

Pada pelaksanaan terapi ACT sesi 1 perawat mengidentifikasi kejadian, pikiran dan perasaan yang muncul serta dampak perilaku yang muncul akibat pikiran dan perasaan. Dalam kasus ini, perawat menggali pengalaman halusinasi yang terjadi di masa lalu. klien mengatakan bahwa halusinasinya dulu terjadi sangat parah, sehingga menyebabkan klien mengikuti perintah dari halusinasi dan tidak tahu harus berbuat apa untuk melawan halusinasi.

Pada pelaksanaan terapi ACT sesi 2 perawat mengidentifikasi nilai

berdasarkan pengalaman klien, kemudian perawat menggali pengalaman klien yang terjadi dimasa kini. klien mengatakan bahwa terkadang masih mendengar suara halusinasi yang memerintahkannya untuk berbuat ke arah perilaku kekerasan. Namun klien mengatakan kini sudah punya banyak cara mengontrol halusinasinya dan tidak mau mengikuti perintah halusinasi.

Pada sesi 3 perawat mengajak klien berlatih menerima kejadian dengan nilai yang dipilih, perawat membantu klien untuk yakin bahwa halusinasi bukan bagian dari dirinya. klien pun mengatakan bahwa ia tidak akan terperangkap dalam halusinasi dan memiliki keinginan kuat untuk mengontrolnya. klien juga mengatakan semakin yakin untuk mengontrol halusinasinya dan meyakini bahwa halusinasi bukan bagian dari dirinya. Lalu perawat menggali bagaimana perasaan klien setelah hidup dengan halusinasi. klien mengatakan bahwa halusinasi membuatnya dekat dengan Allah.

Pada pelaksanaan ACT sesi 4 perawat menuntun klien untuk menyusun aktivitas yang bisa dilakukan klien di RSJ. klien berkomitmen dalam melakukan aktivitas terutama minum obat agar halusinasinya tidak kambuh kembali. Pada hari terakhir implementasi, perawat mengevaluasi penerapan ACT, klien mengatakan intensitas suara-suara yang memerintahkannya untuk melakukan hal buruk

berkurang. Hanya muncul 1 hari sekali atau tidak sama sekali.

Setelah melewati tahapan ACT, klien merasa telah menerima pengalaman halusinasi dan berkomitmen untuk mengontrolnya. klien juga merasa lebih nyaman, tenang dan lega setelah menceritakan pengalaman halusinasi yang dirasakannya juga mengalami penurunan gejala halusinasi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ersu Maulia (2022) yang mengemukakan bahwa ACT dapat membantu klien menjadi lebih nyaman dan tenang serta menerima keadaan mereka dalam meningkatkan ideal diri menjadi sebuah komitmen yang dapat dipenuhi.

Dari hasil evaluasi setelah pelaksanaan terapi ACT dilakukan penilaian terhadap skor halusinasi klien terjadi penurunan dari sebelum dilakukan terapi ACT dengan skor 16 dan setelah dilakukan terapi skor menurun menjadi 8. Terjadi penurunan sebesar 50%. Sedangkan pada klien sebagai kelompok kontrol yang tidak dilakukan terapi ACT dengan skor awal 17 kemudian pada penilaian akhir skor halusinasi tetap pada skor 17, walaupun dengan tanda gejala yang berbeda dari penilaian awal. Hal ini sesuai dengan penelitian Bobby Nurmagandi (2024) yang menyatakan bahwa hasil penerapan ACT pada klien halusinasi di Ruang Utari RS Jiwa dr. H. Marzoeki Mahdi Bogor didapatkan

hasil terjadi penurunan tanda dan gejala dengan nilai $p=0,005$.

D. KESIMPULAN

Penerapan ACT memiliki pengaruh yang signifikan dalam mengontrol halusinasi pendengaran yang dirasakan klien berdasarkan hasil penilaian tanda dan gejala halusinasi sebesar 50%. Setelah dilakukan terapi ACT klien menjadi lebih nyaman dan tenang serta menerima keadaan mereka dalam meningkatkan ideal diri menjadi sebuah komitmen yang dapat dipenuhi.

E. SARAN

1. Bagi Instansi Rumah Sakit
Diharapkan dapat memberikan informasi kesehatan non farmakologi kepada klien untuk melakukan terapi pada klien halusinasi
2. Bagi Pelayanan Kesehatan
Diharapkan rumah sakit dapat meningkatkan mutu pelayanan kesehatan yang meningkat dan mempertahankan hubungan baik antar tim kesehatan dan klien secara optimal dan profesional.
3. Bagi Pengembangan Ilmu Keperawatan
Diharapkan dapat meningkatkan mutu dalam pembelajaran untuk menghasilkan perawat-perawat yang profesional, inovatif dan lebih berkualitas dalam memberikan asuhan keperawatan nantinya.
4. Bagi Institusi Pendidikan
Diharapkan dapat menjadi bahan acuan dalam kegiatan proses belajar dan bahan pustaka tentang

Acceptance and Commitment Therapy

5. Bagi Keluarga

Diharapkan dapat menambah wawasan informasi kepada klien dan keluarga sehingga diharapkan memahami dengan baik bahwa *Acceptance and Commitment Therapy* dapat dilakukan sebagai salah satu terapi pada klien halusinasi

DAFTAR PUSTAKA

Boby Nurmagandi, Yossie Susanti Eka Putri, Ice Yulia Wardani. (2024). Penanganan Masalah Ketidakefektifan Pemeliharaan Kesehatan klien Skizofrenia Melalui Acceptance and Commitment Therapy dengan Pendekatan Self-Transcendence Theory. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes* olume 15 Nomor 1, Januari-Maret 2024

Ersa Maulia, Sri Novitayani. (2022). Acceptance And Commitment Therapy Pada klien Halusinasi Pendengaran. Studi Kasus. *JIM FKep* Volume 1 Nomor 2 Tahun 2022

Fandy Yoduke, Novy Helena Catharina Daulima , Mustikasari. (2023). Acceptance And Commitment Therapy Pada klien Skizofrenia Dengan Halusinasi. *Journal of Telenursing (JOTING)* Volume 5, Nomor 2, Juli-Desember 2023

Hawari, D. (2019). Manajemen Stress, Cemas, dan Depresi.

Jakarta : Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia

Hidayat. (2020). Keperawatan Jiwa. Bandung : PT Refika Aditama.

Keliat, B. A. (2012). Model Praktik Keperawatan Profesional Jiwa. Jakarta: EGC

Lilik Sulistiyowati, Budi Anna Keliat, Giur Hargiatna. (2023). Manfaat Intervensi Acceptance And Commitment Therapy Dalam Menurunkan Kecemasan Dan Perilaku Adiktif Pada klien Napza. *Jurnal Keperawatan Silampari* Volume 6, Nomor 2, Januari-Juni 2023

PPNI. (2018). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia : Definisi dan Indikator Diagnostik Edisi I. Jakarta : DPP PPNI

PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia : Definisi dan Indikator Diagnostik Edisi I. Jakarta : DPP PPNI

PPNI. (2018). Standar Luaran Keperawatan Indonesia : Definisi dan Indikator Diagnostik Edisi I. Jakarta : DPP PPNI

Riskesdas. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018 Kementerian Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.