

PROGRAM STUDI NERS PPROGRAM PROFESI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA
2024

**PENERAPAN TERAPI *THOUGHT STOPPING* UNTUK MENGONTROL
HALUSINASI PENDENGARAN PADA PASIEN SKIZOFRENIA DI RUMAH
SAKIT JIWA DAERAH (RSJD) Dr. ARIF ZAINUDIN SURAKARTA**

Sindhi Diah Ayu Fitaloka¹⁾, Galih Priambodo²⁾

¹⁾Mahasiswa Prodi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
Kusuma Husada Surakarta

²⁾Dosen Prodi Ners Program Profesi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma
Husada Surakarta

ABSTRAK

Halusinasi pendengaran adalah klien mendengar suarasuara yang jelas maupun tidak jelas, dimana suara tersebut tidak mengajakklienberbicaraataumelakukansesuatu. Terapi yang dapat dilakukan pada pasien halusinasi adalah terapi *thought stopping*. *Thought stopping* adalah suatu teknik yang digunakan untuk menyembuhkan pemikiran negatif yang merusak diri dengan mengatakan“STOP”dan mengganti pikiran negative menjadi pikiran positif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui strategi pelaksanaan terapi *Thought Stopping* secara fisik dan social dalam mengontrol halusinasi pendengaran di Ruang Gatokaca Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif dalam bentuk studi kasus dengan subjek penelitian dua klien yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan wawancara, observasi dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat penurunan skor halusinasi dari skor awal 8 menjadi 2 dengan kesimpulan yaitu terdapat pengaruh *thought stopping* terhadap halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia.

Kata kunci: *Thought Stopping*, Halusinasi Pendengaran, Skizofrenia

ABSTRACT

Auditory hallucinations are when the client hears clear or unclear sounds, where the sound does not invite the client to speak or do something. Therapy that can be carried out on patients with hallucinations is thought stopping therapy. Thought stop is a technique used to calm negative thoughts that are self-destructive by saying "STOP" and replacing negative thoughts with positive thoughts. The aim of this research is to determine strategies for implementing Thought Stopping therapy physically and socially in controlling auditory hallucinations in the Gatotkaca Room at the Surakarta Regional Mental Hospital. This research uses a descriptive research design in the form of a case study with research subjects of two clients who meet the inclusion and exclusion criteria. The data collection techniques used in this research were interviews, observation and documentation. The results of the study showed that there was a decrease in the hallucination score from an initial score of 8 to 2 with the conclusion that there was an effect of stopping thoughts on auditory hallucinations in schizophrenic patients.

Keyword: Thought Stopping, Auditory Hallucinations, Schizophrenia

PENDAHULUAN

Skizofrenia adalah suatu bentuk psikosa fungsional dengan gangguan utama pada proses pikir serta disharmoni (keretakan, perpecahan) antara proses pikir, afek atau emosi, kemauan dan psikomotor disertai distorsi kenyataan, terutama karena waham dan halusinasi; asosiasi terbagi-bagi sehingga timbul inkohereni (Mister et al., 2022). WHO (*World Health Organisation*) prevalensi gangguan jiwa di dunia adalah sekitar 450 juta jiwa. Prevalensi gangguan jiwa Di Indonesia Skizofrenia/ Psikosis sebanyak 6,7 permil. Data prevalensi (permil) Rumah Tangga dengan ART Gangguan Jiwa Skizofrenia/Psikosis di Jawa Tengah pada tahun 2018 adalah 8,7 permil. Artinya setiap setiap 1000 penduduk terdapat sekitar 9 orang yang mengalami gangguan jiwa.

Halusinasi pendengaran adalah klien mendengar suara-suara yang jelas maupun tidak jelas, dimana suara tersebut tidak mengajak klien berbicara atau melakukan sesuatu. Pasien dengan halusinasi pendengaran umumnya sering menarik diri, tersenyum sendiri, duduk terpaku, bicara sendiri, memandang satu arah, gelisah dan tiba-tiba marah (Maharani et al., 2022). Halusinasi pendengaran adalah gangguan stimulus dimana pasien mendengar suara orang yang sedang membicarakan apa yang sedang dipikirkannya dan memerintahkan untuk melakukan sesuatu (Damayanti et al., 2022).

Dampak pada pasien yang mengalami halusinasi apabila tidak mendapatkan penanganan yang optimal yaitu pasien dapat melakukan bunuh diri (*suicide*), membunuh orang lain (*homicide*), bahkan merusak lingkungan. Masyarakat belum memahami cara mencegah halusinasi. Pasien halusinasi perlu mendapatkan penanganan yang segera. Terapi yang dapat dilakukan pada pasien halusinasi yaitu terapi farmakologis dan non farmakologis. Terapi farmakologis dengan cara

psikofarmakoterapi dapat menggunakan obat, sedangkan mengatasi halusinasi secara nonfarmakologi adalah dengan menerapkan tindakan asuhan keperawatan secara komperhensif dan menerapkan terapi *thought stopping*.

Thought stopping adalah suatu teknik yang digunakan untuk menyembuhkan pemikiran negatif yang merusak diri dengan mengatakan "STOP" dan mengganti pikiran negatif menjadi pikiran positif. Dasar dari teknik ini adalah secara sadar memerintah diri sendiri, "stop!", saat mengalami pemikiran negatif berulang, tidak penting dan distorted. Kemudian mengganti pikiran negatif tersebut dengan pikiran lain yang lebih positif dan realistis. Dalam penelitian ini sering terjadi kesulitan, karena kesulitan pasien untuk berkonsentrasi pada kegiatan terapi ini. Terapi *thought stopping* dapat memutuskan pikiran-pikiran negatif atau suara-suara yang mengganggu pasien 1 dan 2. Hasil yang didapatkan pada studi kasus ini juga sejalan dengan penelitian oleh (Bolango, 2023)

Berdasarkan uraian latar belakang diatas peneliti melakukan adalah untuk mengetahui strategi pelaksanaan terapi *Thought Stopping* secara fisik dan social dalam mengontrol halusinasi pendengaran di Ruang Gatotkaca Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta.

METODE STUDI KASUS

Metode penulisan yang digunakan dalam studi kasus ini yaitu dengan desain studi kasus menggunakan metode *pre post with control*. Fokus studi kasus ini yaitu pada pasien halusinasi pendengaran di Ruang Gatotkaca RSJD Surakarta. Subjek dalam studi kasus ini menggunakan satu pasien yang disesuaikan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi pada studi kasus ini adalah pasien *skizofrenia* dengan halusinasi pendengaran, tidak mengalami gangguan penglihatan, dapat berkomunikasi dengan baik. Kriteria

eksklusi yaitu pasien yang mengalami gangguan penglihatan serta tidak dapat berkomunikasi dengan baik.

HASIL

Berdasarkan pengkajian proses keperawatan yang telah dilaksanakan oleh peneliti pada hari rabu, 05 Juni 2024 Tn. SH berumur 44 tahun, beragama islam, beralamat Sukoharjo dan tinggal Bersama ibunya. Pasien mengatakan mendengar bisikan yang menyuruhnya untuk sholat 5 waktu, pasien mengatakan mendengar bisikan yang menyuruh pasien mengakhiri hidupnya, bisikan timbul kurang lebih 1 menit dengan waktu yang tidak menentu, pasien juga mengatakan selama 4 bulan tidak keluar rumah, tidak berbaur dengan tetangganya, pasien mengatakan masuk RSJD dr. Arif Zainuddin sudah kedua kalinya. Pasien tampak kooperatif, kontakmata (-), bicara liris, pasien sering ngalamun, pasien sering menyendiri, penampilan pasien tampak rapi dan bersih, rambut pasien juga tampak rapi.

Berdasarkan pengkajian proses keperawatan yang telah dilaksanakan oleh peneliti pada hari rabu 05 juni 2024 pasien halusinasi pendengaran dengan identitas yaitu Tn. S berumur 45 tahun, beragama islam, beralamat Sukorejo Karangmalang dan tinggal bersama ibunya dan adiknya, sebelum dibawa ke RSJD Surakarta pasien mendengar suara gaduh yang membuat pasien merasa kesal, pasien juga merasa bingung saat dibawa ke RSJD dr. Arif Zainudin Surakarta. Pasien tampak gelisah, kontak mata tidak lama, pasien tampak menyendiri, bicara liris, penampilan pasien tampak rapi dan bersih, rambut pasien juga tampak rapi. Faktor predisposisi :pasien sudah kedua kalinya masuk ke RSJ pada 2022 pasien dirawat inap di ruang Nakula.

Berdasarkan pengkajian pada Tn. SH dan Tn. S secara garis besar ditemukan data subyektif dan obyektif

yang menunjukkan kedua pasien mengalami gangguan persepsi sensori halusinasi pendengaran. Penulis kemudia memberikan intervensi berupa *thoughts stopping*

Implementasi pada Tn. SH dimulai hari Rabu, 05 Juni 2024 sampai Jumat 07 Juni 2024. Implementasi diberikan sebanyak 1x per hari selama 3 hari pada pukul 15.00 sampai 15.30. implementasi dihari pertama yaitu memonitor isi halusinasi, mendiskusikan perasaan dan respons terhadap halusinasi, dan mengajarkan melakukan distraksi (*Terapi thought stopping*) selama 30 menit disetiap pertemuan. Dihari ke dua dan ketiga implementasi dilakukan dengan perlakuan yang sama seperti hari pertama. Untuk responden kedua tidak diberikan intervensi sama sekali tetapi juga diberikan lembar observasi.

Setelah dilakukan tindakan keperawatan yaitu terapi *thought stopping* selama 3 hari 1x dalam 1 hari dilakukan metode SOAP untuk mengevaluasi intervensi yang diberikan. Pada pasien Tn. SH dengan perlakuan didapatkan penurunan halusinasi dibuktikan adanya penurunan jumlah skor pada lembar observasi dan berkurangnya tanda dan gejala halusinasi. Pada lembar observasi *pre test* dihari pertama 8 dan *post test* dihari ketiga dengan skor 2 terdapat perubahan nilai pada tanda dan gejala halusinasi terhadap pasien Gangguan Persepsi Sensori. Pada pasien Tn. S tanpa diberikan implementasi terapi *thought stopping* didapatkan penurunan halusinasi dibuktikan dengan adanya penurunan jumlah skor pada lembar observasi halusinasi. Pada lembar observasi *pre test* dihari pertama 12 dan *post test* dihari ketiga dengan skor 6 terdapat perubahan nilai tanda dan gejala halusinasi.

PEMBAHASAN

Pada kasus Tn. SH yang menjadi pokok pembahasan yaitu masalah keperawatan gangguan persepsi sensori. Tindakan yang diberikan untuk mengatasi masalah tersebut adalah penerapan terapi *thought stopping*. Sebelum diberikan tindakan tersebut pasien diberi penjelasan mengenai SOP terapi *thought stopping*, tujuan, manfaat dan prosedur tindakan. Penerapan terapi *thought stopping* ini diberikan selama 3 hari 1x dalam 1 hari selama 30 menit. Hari pertama penerapan terapi *thought stopping* pada responden I didapatkan *pre test* nilai dengan total 8 menjadi *post test* dengan total 5. Tanda dan gejala mendengar bisikan-bisikan, distorsi sensori, bersikap seolah mendengar sesuatu, menyendiri, melamun, konsentrasi buruk dan melihat kesatu arah, kontak mata (-), dan bicara lirih.

Pada responden II tanpa perlakuan dan hanya diberikan terapi obat hasilnya juga terdapat penurunan dari skor 12 turun menjadi skor 10 tanda dan gejala yang muncul yaitu mendengar suara-suara, distorsi sensori, respon tidak sesuai, bersikap seolah mendengars esuatu, merasa kesal, menyendiri, melamun, konsentrasi buruk, disorientasi (waktu, ruangan, tempat, orang atau situasi), curiga, melihat kesatu arah, mondar mandir, dan bicaralirih. Pada hari kedua diberikan implementasi responden I dengan perlakuan hasilnya terdapat penurunan lebih membaik dari skor awal 7turun menjadi 4 skor, tanda dan gejala halusinasi masih ada tetapi jarang, menyendiri, melamun, konsentrasi buruk, melihat kesatu arah, bicara lirih. Pada pasien yang tidak diberikan perlakuan hasilnya juga terdapat penurunan dari skor 9 menjadi 8 tanda dan gejala halusinasi masih ada, merasakan sesuatu melalui indra pendengaran, distorsi sensori, bersikap mendengar bisikan, merasa kesal,

melamun, menyendiri, dan konsentrasi buruk.

Pada hari ketiga pada pasien I yang diberikan perlakuan hasilnya cukup signifikan, dari skor *pre test* skor yang didapat yaitu 5 dan setelah dilakukan implementasi skor menjadi 2 yang artinya pasien sudah dapat mengontrol halusinasi. Pada pasien II yang tidak diberikan perlakuan hasilakhir pada hari ketiga *pre test* skor yang didapat 6 menjadi 6, tanda dan gejala halusinasi masih ada, bersikap seolah mendengar bisikan, merasa kesal, dan masih sering menyendiri.

Penelitian yang dilakukan (Afrilia, 2022) Salah satu terapi yang digunakan untuk halusinasi adalah terapi *thought stopping*. Pada penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh terapi *thought stopping* terhadap kemampuan mengontrol halusinasi pada pasien schizofrenia di Poli Jiwa RS Kabupaten Gresik. Terapi *thought stopping* merupakan penghentian alur pikiran negatif melalui stimulus dengan intruksi "STOP" guna menghentikan alur pikiran negatif. Intervensi yang diberikan pada pasien halusinasi bertujuan menolong mereka meningkatkan kesadaran tentang gejala yang mereka alami dan mereka bisa membedakan halusinasi dengan dunia nyata dan mampu mengendalikan atau mengontrol halusinasi yang dialami. *Thought stopping* (penghentian pikiran) merupakan salah satu contoh dari teknik psikoterapi kognitif behavior yang dapat digunakan untuk membantu klien mengubah proses berpikir.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil studi kasus ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian *thought stopping* terhadap penurunan tanda gejala pada pasien *skizofrenia* dengan halusinasi.

SARAN

1. Bagi Pasien
Diharapkan dapat menurunkan tanda dan gejala halusinasi pendengaran dan meningkatkan pengetahuan tentang halusinasi pendengaran sehingga dapat diterapkan dalam aktivitas sehari-hari.
2. Bagi Rumah Sakit
Diharapkan dapat menjadi masukan untuk meningkatkan kualitas asuhan keperawatan kepada pasien halusinasi pendengaran dengan terapi *thought stopping*
3. Bagi Institusi Pendidikan
Diharapkan mampu meningkatkan mutu dalam pendidikan yang berkualitas dan juga profesional yang dapat menciptakan perawat yang cerdas, inovatif, kreatif dan juga profesional.
4. Bagi Perawat
Diharapkan perawat dapat memberikan asuhan keperawatan pada pasien secara efisien dengan melakukan tindakan keperawatan non farmakologi. Dapat ditambahkan terapi *thought stopping* dalam mengontrol tanda dan gejala halusinasi pendengaran

DAFTAR PUSTAKA

- Amira, I., Hendrawati, H., Maulana, I., & Platini, H. (2023). Metacognitive training pada pasien dengan skizofrenia: A literature review. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 17(8), 708–717. <https://doi.org/10.33024/hjk.v17i8.12096>
- Bolango, K. B. (2023). *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan Pengaruh Terapi Thought Stopping Pada Pasien Dengan Masalah*. 3(1).
- Damayanti, A. R., Yunitasari, P., Sulistyowati, E. T., & Putri, N. A. (2022). Penerapan Terapi Okupasi Aktivitas Waktu Luang Terhadap Perubahan Halusinasi Pada Pasien Halusinasi Pendengaran. *Jurnal*

Penelitian Perawat Profesional, 4(November), 1377–1386.

- Maharani, D., F, N. L., & H, U. (2022). Penerapan Terapi Musik Klasik Terhadap Tanda Dan Gejala Pada Pasien Halusinasi Pendengaran Application of Classical Music Therapy on Signs and Symptoms in
- Mister, Nugroho, A. P., & dkk. (2022). Studi Kasus Halusinasi Pendengaran pada Pasien Schizofrenia. *Jurnal Keperawatan Notokusumo*, 10(1), 21. <https://jurnal.stikes-notokusumo.ac.id/index.php/jkn/article/download/195/129/698>
- Widati, A., & Twistiandayani, R. (2019). Pengaruh Terapi Thought Stopping Terhadap Kemampuan Mengontrol Halusinasi Pada Pasien Skizofrenia. *Prosiding Konferensi Nasional PPNI Jawa Tengah*, 240–242.