

PRODI PROFESI NERS PROGRAM PROFESI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA  
2024

**Penerapan *Thought Stopping Therapy* Terhadap Tanda dan Gejala Pada Pasien Halusinasi Pendengaran di RSJD dr. Arif Zainudin Surakarta**

Putri Ekmeliana<sup>1)</sup>, Sigit Yulianto<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> Mahasiswa Prodi Profesi Ners Program Profesi Universitas Kusuma Husada Surakarta

<sup>2)</sup> Dosen Prodi Profesi Ners Program Profesi Universitas Kusuma Husada Surakarta

Email : [putriekmelianaaa@gmail.com](mailto:putriekmelianaaa@gmail.com)

**ABSTRAK**

Halusinasi adalah salah satu gejala gangguan jiwa dimana seseorang mengalami perubahan persepsi sensorik terhadap stimulus internal maupun eksternal disertai respon yang berkurang, berlebihan atau terdistorsi. 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. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melakukan analisa keperawatan pada pasien halusinasi dengan intervensi *thought stopping therapy* terhadap tanda dan gejala pada pasien halusinasi pendengaran. Hasil dari pemberian *Thought Stopping Therapy* yang telah dilakukan pada klien Nn. M selama 3 hari menunjukkan bahwa terdapat penurunan tanda dan gejala halusinasi pendengaran dari skor awal 11 menjadi 7 dengan kesimpulan yaitu ada pengaruh penerapan *thought stopping therapy* terhadap tanda dan gejala pada pasien halusinasi pendengaran di RSJD dr. Arif Zainudin Surakarta.

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

**Daftar Pustaka :** 31 (2015-2024)

NERS PROFESSION STUDY PROGRAM OF PROFESSIONAL PROGRAMS  
FACULTY OF HEALTH SCIENCES  
UNIVERSITY OF KUSUMA HUSADA SURAKARTA  
2024

**The Effectiveness Of Thought Stopping Therapy In Alleviating Symptoms Of  
Auditory Hallucinations In Patients At dr. Arif Zainudin Mental Hospital Of  
Surakarta**

Putri Ekmeliana<sup>1)</sup>, Sigit Yulianto<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> Student of Ners Profession Study Program of Professional Programs, University of  
Kusuma Husada Surakarta

<sup>2)</sup> Lecturer of Ners Profession Study Program of Professional Programs, University of  
Kusuma Husada Surakarta

*Email* : [putriekmelianaaa@gmail.com](mailto:putriekmelianaaa@gmail.com)

**ABSTRACT**

Hallucinations represent a significant symptom associated with various mental disorders, manifesting as alterations in sensory perception concerning both internal and external stimuli, often accompanied by diminished, exaggerated, or distorted responses. Nonpharmacological interventions aimed at alleviating hallucinations involve the implementation of comprehensive nursing care strategies, including the application of thought-stopping therapy. This technique addresses negative thinking of self-destruction by prompting individuals to verbalize "STOP" and substituting negative thoughts with positive alternatives. The objective of this study was to examine the role of nursing interventions, specifically employing Thought-Stopping therapy, in managing the signs and symptoms of patients experiencing auditory hallucinations. The three days implementation of Thought Stopping Therapy for the client, Mrs. M, demonstrated a reduction in the signs and symptoms associated with auditory hallucinations. Specifically, the scores decreased from an initial value of 11 to 7 throughout the treatment. The outcomes suggested that the application of Thought Stopping Therapy has a significant impact on alleviating the signs and symptoms of auditory hallucinations in patients at RSJD Dr. Arif Zainudin Surakarta.

**Keywords** : Auditory Hallucinations, Schizophrenia, Thought Stopping

**Bibliography** : 31 (2015-2024)

## LATAR BELAKANG

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 & Rahmawati, 2022).

Halusinasi adalah salah satu gejala gangguan jiwa dimana seseorang mengalami perubahan persepsi sensorik terhadap stimulus internal maupun eksternal disertai respon yang berkurang, berlebihan atau terdistorsi (PPNI, 2018).

Prevalensi gangguan jiwa di dunia menurut World Health Organization (WHO) mencapai 450 juta jiwa, dimana sejumlah 21 jiwa terkena skizofrenia (WHO, 2022). Sedangkan di Jawa Tengah jumlah penderita gangguan jiwa mencapai 121.962 orang. Jumlah tersebut meningkat menjadi 260.247 orang pada tahun 2014, sedangkan pada tahun 2015 jumlah penderita gangguan jiwa bertambah menjadi 317.504 orang (Kemenkes, 2024).

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 non farmakologi adalah dengan menerapkan tindakan asuhan keperawatan secara komprehensif dan menerapkan terapi *thought stopping* (Sindhi, 2024).

*Thought stopping* adalah suatu teknik yang digunakan untuk menyembuhkan pikiran 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.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Agustya, 2022), tentang asuhan keperawatan gangguan persepsi sensori; halusinasi pendengaran pada penyakit skizofrenia dengan pemberian terapi *thought stopping*, didapatkan hasil penurunan dalam mendengar suara-suara yang mengganggu dan mampu melakukan terapi dengan baik. Hal ini menunjukkan bahwa terapi *thought stopping* dapat dijadikan sebagai

psikoterapi untuk menghentikan pikiran-pikiran yang mengganggu atau mengancam.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas peneliti tertarik melakukan untuk mengetahui strategi pelaksanaan terapi *thought stopping* secara fisik dan sosial dalam mengontrol halusinasi pendengaran di Ruang Larasati Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta

### **METODE STUDI KASUS**

Metode studi kasus ini bergantung pada keadaan kasus, namun juga mempertimbangkan faktor penelitian waktu, riwayat, dan pola perilaku yang harus dikaji secara terperinci dari awal hingga akhir (Nursalam, 2020). Studi kasus ini mengeksplorasi asuhan keperawatan pada pasien yang mengalami gangguan jiwa dengan halusinasi pendengaran.

Subjek yang digunakan adalah satu pasien yang mengalami gangguan jiwa dengan Halusinasi Pendengaran di Bangsal Larasati RSJD dr. Arif Zainudin. Fokus studi kasus ini adalah pasien yang mengalami gangguan jiwa dengan Halusinasi Pendengaran.

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam studi kasus ini adalah studi kasus lapangan dilakukan dengan cara mengunjungi langsung ke obyek studi kasus yaitu Rumah Sakit Jiwa. Metode pengumpulan data yang akan digunakan adalah wawancara, observasi, dan studi dokumentasi.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Asuhan keperawatan pada pasien halusinasi pendengaran di ruang Larasati RSJD dr. Arif

Zainudin Surakarta. Dilakukan pengkajian pada tanggal 29 Oktober 2024 dengan 1 pasien kelolaan yaitu Nn. M didapatkan data subyektif pasien dirumah tidak bisa tidur berhari-hari, main terus tidak pulang-pulang, ngomong sendiri, dan mendengar bisikan yang tidak jelas serta berisik, sedangkan untuk data obyektif pasien tampak melamun, pasien tampak melihat ke satu arah saja, pasien tampak mondar-mandir, dan konsentrasi pasien tampak buruk.

Terapi non-farmakologi yang dapat membantu pasien dengan masalah gangguan persepsi sensori (halusinasi) adalah dengan pendekatan terapi perilaku kognitif untuk psikosis, pendekatan ini berfokus langsung pada gejala inti psikotik berupa halusinasi dan delusi (Shukla et al., 2021). Salah satu terapi kognitif yang dapat membantu gangguan persepsi sensori pendengaran adalah terapi *thought stopping* (Syaifullah, & Lisnawati, 2024). *Thought stopping* dilakukan untuk menurunkan tanda dan gejala skor halusinasi pendengaran.

Terapi dilakukan 29 s.d 31 Oktober 2024 selama 3 hari dengan durasi kurang lebih 30 menit setiap pertemuannya yang dilakukan satu kali sehari. Sebelum diberikan terapi mengkaji skor tanda dan gejala halusinasi pendengaran pasien dan didapatkan hasil skor 11. Pasien diajarkan bagaimana cara *thought stopping therapy*, kemudian terapi dilanjutkan hari berikutnya sampai dengan hari ketiga. Setelah tiga hari peneliti mengukur kembali tanda dan gejala halusinasi pendengaran dengan menggunakan kuisisioner yang

sama saat sebelum terapi. Hasil observasi kuesioner tanda dan gejala halusinasi pendengaran pasien dan didapatkan hasil skor 7, terdapat penurunan tanda dan gejala halusinasi pendengaran pada Nn. M.

Hasil evaluasi pada asuhan keperawatan tercapai jika klien menunjukkan perubahan sesuai dengan standar yang telah ditetapkan, dan tujuan tidak tercapai jika klien tidak menunjukkan perubahan dan kemajuan sama sekali dan bahkan timbul masalah baru (Adinda, 2019).

Hal tersebut juga dapat diperkuat dari penelitian yang dilakukan oleh (Syaifullah, & Lisnawati, 2024) bahwa penerapan terapi *thought stopping* yang dilakukan selama 3 hari berturut-turut mendapatkan hasil bahwa adanya penurunan frekuensi halusinasi yang dirasakan subjek. Adapun penelitian yang dilakukan (Khairini et al., 2023) dengan pemberian terapi *thought stopping* kepada 3 subjek dengan gangguan persepsi sensori yang dilakukan sebanyak 3 kali dengan durasi waktu 10 – 15 menit pada setiap kunjungan mendapatkan hasil bahwa kondisi persepsi sensorik ketiga subjek tersebut menjadi lebih baik, diantaranya adanya verbalisasi penurunan pendengaran bisikan, adanya penurunan perilaku halusinasi, adanya penurunan tempo halusinasi, serta adanya peningkatan konsentrasi subjek ketika berinteraksi.

Hasil penelitian (Fazrina, 2022) dengan penerapan terapi yang sama menunjukkan bahwa penerapan terapi ini efektif dalam mengontrol

halusinasi yang dilakukan terhadap 2 klien dengan halusinasi. Lingkungan, tempat dan waktu pemberian terapi dapat menjadi faktor efektifnya intervensi diberikan kepada klien.

Dalam case report ini, mengingat kegiatan klien pada hari kerja sangat padat dipenuhi berbagai kegiatan rehabilitasi, maka pemberian terapi dilakukan pada akhir pekan saat klien tidak ada jadwal rehabilitasi dengan suasana lingkungan yang sepi dan tempat yang nyaman bagi klien, karena pada akhir pekan tidak ada jadwal kegiatan yang dilakukan di ruangan selain di dalam kamar masing-masing bagi pasien-pasien lain, sehingga terapis lebih leluasa memberikan intervensi dan memudahkan klien untuk dapat fokus serta berkonsentrasi mengikuti terapi *thought stopping*. Selain itu, waktu pemberian intervensi diberikan pada pagi menjelang siang hari yaitu diantara pukul 10.00 sampai 11.00 WIB, karena pada pukul tersebut fokus klien masih terjaga dibanding saat tengah hari mengingat pukul 12.00 sudah memasuki jam makan siang dan dilanjutkan waktu untuk tidur siang yang memungkinkan klien akan mengantuk.

## **KESIMPULAN**

Studi kasus yang telah dilakukan pada klien Nn. M di ruang Larasati RSJD dr. Arif Zainudin Surakarta didapatkan hasil sebelum dilakukan intervensi *thought stopping therapy* muncul skor 11 tanda dan gejala halusinasi pendengaran, setelah diberikan intervensi didapatkan skor 7 tanda dan gejala halusinasi pendengaran. Dari uraian diatas, dapat diambil kesimpulan bahwa ada

pengaruh Penerapan *Thought Stopping Therapy* Terhadap Tanda dan Gejala Pada Pasien Halusinasi Pendengaran di RSJD dr. Arif Zainudin Surakarta.

## SARAN

### 1. Bagi Teoritis

Sebagai bahan bacaan studi kasus yang diharapkan dapat menambah pengetahuan bagi pengembangan ilmu kesehatan khususnya dalam upaya penerapan asuhan keperawatan jiwa pada halusinasi pendengaran: Penerapan *Thought Stopping Therapy* Terhadap Tanda dan Gejala Pada Pasien Halusinasi Pendengaran

### 2. Bagi Rumah Sakit

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan bagi tenaga kesehatan, terutama rumah sakit dapat mengembangkan suatu alternative pilihan intervensi keperawatan terkait dengan efektifitas *Thought Stopping Therapy* pada pasien halusinasi pendengaran

### 3. Bagi Ilmu Keperawatan

Dalam bidang keperawatan, penelitian ini diharapkan dapat digunakan perawat dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien secara efisien dengan melakukan tindakan keperawatan non farmakologi salah satunya *Thought Stopping Therapy* pada pasien halusinasi pendengaran

### 4. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, wawasan dan sebagai bahan perkembangan ilmu pengetahuan dibidang kesehatan khususnya dibidang ilmu keperawatan jiwa dalam melakukan intervensi keperawatan secara mandiri

terhadap pasien dengan halusinasi pendengaran

### 5. Bagi Responden

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menurunkan tanda dan gejala halusinasi pendengaran serta meningkatkan pengetahuan tentang halusinasi pendengaran sehingga dapat diterapkan dalam aktivitas sehari-hari.

### 6. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan, wawasan, serta dijadikan sebagai sumber pembelajaran bagi peneliti dalam melakukan penelitian tentang penerapan *Thought Stopping Therapy* pada pasien halusinasi pendengaran

### 7. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi atau bahan acuan apabila diadakan penelitian lebih lanjut khususnya bagi pihak yang ingin menerapkan *Thought Stopping Therapy* pada pasien halusinasi pendengaran

## DAFTAR PUSTAKA

Agustya, G., Yani, S., Sari, M., Lasmadasari, N., & Pendengaran, H. (2022). Halusinasi Pendengaran Pada Penyakit Skizofrenia. *Halusinasi Pendengaran Pada Penyakit Skizofrenia*, 1(3), 26–31.

Fazrina, A. (2022). Penerapan Terapi *Thought Stopping* Dalam Mengontrol Halusinasi Pada Pasien Halusinasi Di Desa Cot Rumpun. *Kesdam Iskandar Muda IM Banda Aceh*, 6. <https://journals.akimba.ac.id/index.php/2022/article/view/94>

- Kemenkes. (2024). *Definisi Gangguan Jiwa dan Jenis-jenisnya*. Kemenkes Direktorat Jendral Pelayanan Kesehatan. [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/2224/definisi-gangguan-jiwadan-jenis-jenisnya](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2224/definisi-gangguan-jiwadan-jenis-jenisnya)
- Khairini, A. D., Sugiarto, A., & Suyanta, S. (2023). Analysis of nursing care in patients with sensory perception disorders through application of therapy thought stopping. *International Journal Of Nursing And Midwifery Science (Ijnms)*, 7(2), 171–175. <https://doi.org/10.29082/IJNMS/2023/Vol7/Iss2/467>
- Mister, Adi, N., & Rahmawati, A. N. (2022). Studi Kasus Halusinasi Pendengaran pada Pasien Schizofrenia. *Jurnal Keperawatan Notokusumo*, 10(1), 21. <https://jurnal.stikesnotokusumo.ac.id/index.php/jkn/article/download/195/129/698>
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Edisi 5*. Jakarta: Salemba Medika.
- PPNI, T. P. S. D. (2018). *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik. Vol. III*.
- Shukla, P., Padhi, D., Sengar, K. S., Singh, A., & Chaudhury, S. (2021). Efficacy and durability of cognitive behavior therapy in managing hallucination in patients with schizophrenia. *Industrial Psychiatry Journal*, 30(2), 255. [https://doi.org/10.4103/IPJ/IPJ\\_94\\_20](https://doi.org/10.4103/IPJ/IPJ_94_20)
- Sindhi Diah Ayu Fitaloka, G. P. (2024). *PENERAPAN TERAPI THOUGHT STOPPING UNTUK MENGONTROL HALUSINASI PENDENGARAN PADA PASIEN SKIZOFRENIA DI RUMAH SAKIT Jiwa DAERAH (RSJD) Dr. ARIF ZAINUDIN SURAKARTA*.
- Syaifullah, & Lisnawati, I. (2024). Analysis Of Nursing Care For Patients With Hearing Hallucinations By Providing Mind Therapy Stop. *Journal of Nursing and Health Education*, 3(2), 7–10. <http://journal.mbunivpress.or.id/index.php/jnhe>
- WHO. (2022). *Schizophrenia*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/schizophrenia>