



Asuhan Keperawatan pada Ny. UH dengan Halusinasi Pendengaran Melalui Pemberian Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) di Rumah Sakit Jiwa Aceh

Siti Fathimah Azzahra¹, Marthoenis²

Universitas Syiah Kuala^{1,2}

e-mail: marthoenis@usk.ac.id

Abstract

Hallucinations are disturbances in an individual's response to stimuli, in which a person perceives something that is not present. Hallucinations are a hallmark symptom of schizophrenia and often occur in affected individuals. For first-time hospitalized patients, the prognosis for recovery is relatively high if appropriate interventions are implemented. In this case study, the patient received nursing care focused on hallucination management through generalist interventions and evidence-based national therapeutic support, specifically, Rational Emotive Behavior Therapy (REBT). The patient underwent REBT sessions for seven consecutive days, with each session lasting 45–60 minutes. The results of the case study showed a reduction in the Auditory Hallucination Rating Scale (AHRS) score from 21 (severe category) to 9 (mild category), with notable improvements in belief about the source of voices (item 5), presence of negative content (item 6), and distress caused by the voices (item 8). During the intervention, REBT demonstrated a significant impact on the patient's attitude, self-perception, and self-confidence, guiding the patient toward becoming a calmer and more positive individual. recommends the routine implementation of REBT to patients with hallucinations to support the recovery process.

Keywords: *Schizophrenia, Hallucinations, Rational Emotive Behavior Therapy.*

Abstrak

Halusinasi merupakan gangguan respons individu terhadap rangsangan, di mana seseorang mempersepsikan sesuatu yang sebenarnya tidak nyata. Halusinasi menjadi salah satu tanda dari skizofrenia yang terjadi pada individu. Pada pasien yang baru pertama kali dirawat, peluang untuk sembuh tinggi apabila mendapatkan intervensi yang tepat. Pada studi kasus ini, pasien mendapatkan asuhan keperawatan dengan pendekatan pengendalian halusinasi berupa terapi generalis dan dukungan terapi nasional berbasis bukti ilmiah yang efektif yaitu Rational Emotive Behavior Therapy (REBT). Pasien mendapatkan terapi REBT selama tujuh hari dengan durasi pelaksanaan 45-60 menit. Berdasarkan studi kasus, didapatkan hasil terjadi penurunan skor Auditory Hallucination Rating Scale (AHRS) dari 21 (kategori sedang) menjadi 9 (kategori ringan), terutama pada aspek keyakinan terhadap asal suara (poin 5), isi suara negatif (poin 6), dan tekanan dari suara (poin 8). Selama intervensi berlangsung, terapi REBT menunjukkan pengaruh yang signifikan dalam mengubah sikap pasien, persepsi diri, serta meningkatkan rasa percaya diri, dengan membimbing pasien menjadi pribadi yang lebih tenang dan positif. Disarankan REBT diterapkan secara rutin pada pasien dengan halusinasi untuk mendukung proses pemulihan.

Kata Kunci: Skizofrenia, Halusinasi, Rational Emotive Behavior Therapy.

PENDAHULUAN

Gangguan jiwa merupakan masalah kesehatan yang serius karena meningkatnya jumlah penyakit, termasuk penyakit kronis dengan proses penyembuhan yang lama. Gangguan jiwa dibagi menjadi dua kategori, gangguan jiwa ringan dan gangguan jiwa berat. Dalam klasifikasi terbaru International Classification of Diseases 11th Revision (ICD-11) yang diberlakukan WHO sejak 2022, gangguan jiwa dikategorikan berdasarkan gejala klinis dan dampak fungsional yang dialami individu (World Health Organization, 2022).

Salah satu contoh gangguan jiwa berat adalah skizofrenia, yang merupakan kondisi psikotik yang memengaruhi berbagai aspek fungsi individu, termasuk berpikir, berkomunikasi, serta menerima dan menafsirkan kenyataan. Skizofrenia juga ditandai dengan pikiran yang kacau, delusi, halusinasi, dan perilaku yang aneh (Thalib dan Abdullah, 2022).

Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (2023) menunjukkan bahwa prevalensi gangguan jiwa di Indonesia mencapai 630.827 jiwa, dan juga menunjukkan bahwa 25 dari penduduk usia 15-75 tahun mengalami masalah kesehatan jiwa (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Sedangkan prevalensi di Aceh, menunjukkan prevalensi gangguan jiwa yang relatif tinggi dibandingkan rata-rata nasional skizofrenia sebesar 1,3% (Universitas Syiah Kuala dan RSJ Aceh, 2022). Dan berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Aceh tahun 2022 mencatat bahwa prevalensi gangguan jiwa mencapai 8,4% dari total populasi provinsi (Dinas Kesehatan Provinsi Aceh, 2022).

Halusinasi, sebagai salah satu gejala utama gangguan jiwa dari skizofrenia, adalah kondisi di mana seseorang mengalami perubahan dalam cara menerima rangsangan dari dalam diri atau lingkungan sekitarnya. Perubahan ini dapat menyebabkan respons yang berlebihan atau tidak biasa terhadap rangsangan (Pardede, Silitonga dan Laia, 2020). Data dari Indonesian National Mental Health Survey (2023) menunjukkan bahwa 60-80% pasien dengan skizofrenia mengalami halusinasi pendengaran sebagai gejala dominan (Indonesian Mental Health Research Consortium, 2023).

Penanganan yang dinyatakan efektif dalam menurunkan halusinasi pada suatu individu yaitu terapi generalis (strategi pelaksanaan 1-4) dan terapi nasional berbasis bukti ilmiah (evidence base). Salah satu terapi nasional berbasis bukti ilmiah yang digunakan pada studi kasus ini yaitu Rational Emotiv Behavior Therapy (REBT). REBT adalah terapi yang pertama kali diperkenalkan oleh Albert Ellis pada tahun 1950-an, merupakan salah satu bentuk psikoterapi yang bertujuan untuk mengurangi atau mengontrol keyakinan tidak rasional dan pola pikir negatif yang dapat menyebabkan masalah emosional atau perilaku (Raypole, 2018).

Tujuan dari studi kasus ini adalah mengidentifikasi pengkajian, diagnosis, rencana asuhan keperawatan, implementasi serta evaluasi pada Ny. UH dengan halusinasi pendengaran melalui pemberian Rational Emotive Behavior Therapy (REBT).

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan adalah studi kasus yang dilakukan di ruang rawat intermediet Anggrek Rumah Sakit Jiwa Aceh pada tanggal 28 Desember 2024 hingga 04 Januari 2025. Pengumpulan data dalam kasus ini dilakukan melalui observasi, wawancara terpimpin dengan pasien menggunakan format pengkajian yang telah disusun oleh tim keperawatan Jiwa Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala (data identitas, alasan masuk, faktor predisposisi, pemeriksaan fisik, psikososial, status mental dan aspek medis). Untuk mengukur halusinasi pada pasien digunakan kuesioner Auditory Hallucination Rating Scale (AHRS). Dari hasil data pengkajian, diagnosis keperawatan yang ditegakkan adalah gangguan halusinasi pendengaran. Intervensi yang diberikan meliputi terapi generalis (SP I-IV) dan terapi nasional berbasis bukti ilmiah yaitu Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) selama 7 hari.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengkajian keperawatan, didapatkan data pasien berinisial Ny. UH berusia 28 tahun, berjenis kelamin perempuan, tidak bekerja, pendidikan terakhir SMA, dan berasal dari Aceh Timur. Pasien dirawat untuk pertama kali di rumah sakit jiwa diantar oleh keluarganya karena menunjukkan perilaku mengamuk, memukul ayah karena terlalu banyak tuntutan, memecahkan alat makan dirumah, pasien juga pernah berkeliaran dan melempar barang ke rumah tetangga. Pasien juga menyatakan pernah mendengarkan suara yang menjelekkkan orang lain, mengatakan orang lain jahat dan suara yang mengintruksikan untuk pergi jauh dari rumah.

Pada saat ini pasien berada pada halusinasi fase II (comforting), yaitu tahap yang menenangkan. Menurut Stuart (2016) pada fase II, halusinasi masih dirasakan sebagai sesuatu yang menenangkan bagi pasien. Pada tahap ini pasien mulai mengalami stimulus halusinasi yang pada umumnya berupa suara, namun tidak merasa terancam karena pasien tidak menyadari bahwa suara atau persepsi tersebut berasal dari dalam pikirannya sendiri. Respon pasien bersifat pasif atau kooperatif, karena suara tersebut belum mengandung perintah atau ancaman.

Diagnosis yang ditegakkan pada Ny. UH adalah halusinasi pendengaran. Halusinasi merupakan gejala gangguan jiwa di mana pasien merasakan stimulus yang sebenarnya tidak ada, yang ditandai dengan perubahan persepsi sensori berupa sensasi palsu melalui pendengaran, penglihatan, pengecapan, perabaan, atau penciuman (Damayanti et al. 2024). Halusinasi pendengaran merupakan gangguan persepsi, dimana pasien mendengar suara yang sedang

membicarakan apa yang sedang dipikirkannya dan dapat memberikan perintah untuk melakukan sesuatu (Nurfiana, 2022)

Tindakan keperawatan yang diberikan berupa SP I yaitu tahap membina hubungan saling percaya, membantu pasien mengenali halusinasinya, dan mengajarkan cara mengontrol halusinasi dengan teknik menghardik. Pengendalian halusinasi dengan cara menghardik, dilakukan dengan menolak atau mengusir halusinasi yang muncul, yakni dengan mengucapkan kalimat yang diucapkan sebanyak 3-4 kali (Pratiwi dan Setiawan, 2018). SP II adalah tahap mengontrol halusinasi melalui kepatuhan minum obat secara teratur dan terpantau. Selama di Rumah Sakit Jiwa Aceh, pasien patuh mengkonsumsi obat sesuai anjuran, namun pasien berpendapat bahwa obat yang diberikan hanyalah vitamin. Pasien mendapatkan obat antipsikotik berupa Risperidone 2 mg (2x1) diberikan pada pagi dan sore hari, Trihexyphenidyl (THF) 2 mg (2x1) diberikan pada pagi dan sore hari, serta Clobazam 2 mg (1x1) diberikan pada sore hari.

Risperidone bermanfaat dalam menangani gangguan suasana hati, perilaku agresif, halusinasi, kesulitan dalam interaksi sosial, serta gangguan fungsi kognitif pada individu dengan skizofrenia (Stuart, 2016). Penelitian yang dilakukan oleh Ngan et al. (2002) menunjukkan bahwa risperidone dapat mengurangi metabolisme di korteks frontal medial area otak yang terkait dengan gejala psikotik. Penurunan aktivitas yang berfungsi sebagai salah satu mekanisme fisiologis dalam mengurangi gejala skizofrenia, termasuk halusinasi pendengaran.

Trihexyphenidyl (THF) adalah golongan obat antikolinergik yang diberikan pada pasien skizofrenia untuk mencegah atau mengatasi efek samping berupa gejala ekstrapiramidal yang muncul akibat penggunaan antipsikotik baik dalam jangka pendek atau panjang seperti tremor, kekakuan otot, dan distonia yang sering muncul sebagai efek samping dari pengobatan antipsikotik (Talha et al. 2024).

Clobazam merupakan benzodiazepin yang digunakan sebagai terapi tambahan dalam pengelolaan gangguan kejang. Dalam beberapa kasus, gangguan kecemasan dan agitasi yang sering menyertai skizofrenia. Clobazam bekerja dengan mempotensiasi neurotransmisi GABAergik melalui pengikatan pada reseptor GABA. Hal ini untuk meningkatkan efek inhibisi sinaptik, yang dapat menghasilkan efek sedatif dan ansiolitik yang berfungsi sebagai penghambat arus listrik pada sel saraf. (Humayun, Samanta dan Carson, 2023).

SP III merupakan tahap mengontrol halusinasi dengan cara bercakap-cakap dengan teman atau orang lain disekitarnya yang bertujuan untuk mengurangi dan mengontrol halusinasi yang muncul. SP IV yaitu tahap perawat mengajarkan teknik mengontrol halusinasi dengan melatih pasien untuk

melakukan aktivitas terjadwal dengan mengarahkan pasien untuk menyusun jadwal harian yang diawali dari aktivitas pada pagi hingga malam hari. Kegiatan tersebut berkaitan dengan aktivitas kebutuhan sehari-hari seperti mandi, makan, senam atau olahraga bersama, latihan menghardik (SP I), minum obat secara teratur (SP II) dan latihan bercakap-cakap dengan orang lain (SP III).

Selanjutnya, perawat memberikan terapi tambahan yang berbasis bukti nasional yaitu REBT. Sebelum melanjutkan terapi, perawat terlebih dahulu melakukan wawancara terstruktur kepada pasien menggunakan kuesioner AHRS yang terdiri dari 11 pertanyaan yang berkaitan dengan halusinasi meliputi: frekuensi, durasi, lokasi, kekuatan suara, keyakinan asal suara, jumlah isi suara negatif, intensitas isi suara negatif, jumlah suara yang menekan atau menyusahkan, intensitas suara yang menekan atau menyusahkan, gangguan akibat suara serta kontrol terhadap suara. Rational Emotive Behavior Therapy terdiri dari 5-6 sesi yang dilaksanakan dalam 7 kali pertemuan dengan durasi pelaksanaan 30-45 menit tiap sesinya.

Pada sesi I (Assessment dan Psychoeducation) merupakan tahap awal REBT diawali dengan penilaian komprehensif terhadap pengalaman halusinasi pasien, termasuk frekuensi, pemicu dan respon emosional (Garety et al. 2022). Sesi 2 (Identifikasi keyakinan irasional), pada tahap ini perawat membantu pasien mengidentifikasi keyakinan yang tidak rasional terkait dengan pengalaman halusinasi mereka. Sesi 3 (Disputing dan Restructuring Cognitif), berfokus pada perselihan secara aktif terhadap keyakinan irasional dan pengembangan alternatif rasional (Dryden, 2023). Sesi 4 (Coping Strategies), pengarahan pada pengembangan strategi koping untuk manajemen halusinasi dalam kehidupan sehari-hari (Wykes et al. 2022). Sesi 5 (Relapse Prevention dan Maintenance) tahap perawata membantu pasien dalam mengembangkan strategi pemeliharaan perilaku untuk jangka panjang (Watson dan Nathan, 2023). Tahap terakhir dari terapi REBT adalah sesi 6 (Mengubah perilaku dengan produktifitas), pada tahap ini perawat akan mengarahkan pasien untuk berpikir dengan lebih terarah menyesuaikan kemampuan dan sumber daya yang dimiliki oleh pasien hal ini dilakukan untuk menumbuhkan kepercayaan diri pasien.

Selama 7 hari proses pemberian terapi generalis yang terdiri dari SP 1- SP IV dan terapi REBT, penulis menemukan adanya perkembangan dan kemampuan pasien yang tidak mampu berkomunikasi dengan tenang, berbicara cepat, halus, kontak mata yang kurang, sulit untuk fokus dan pembicaraan yang sulit dimengerti pada saat pertemuan pertama. Penulis juga melihat adanya perkembangan dari cara proses berpikir pasien mulai terarah dan logis untuk dimengerti, pasien juga mampu mengingat kejadian yang nyata pada hidupnya, mengungkapkan isi hati, alasan atau kejadian yang membawanya ke RSJ, serta mampu berkeinginan untuk bekerja setelah keluar dari RSJ. Pasien juga

mengatakan selama proses pelaksanaan terapi dirinya merasa senang dengan kehadiran perawat, kepala terasa ringan dan hati tidak gelisah.

Setelah pemberian terapi generalis dan terapi REBT, penulis melakukan pengukuran tingkat halusinasi dengan kuesioner AHRS. Sebelum dilakukan pemberian terapi REBT, didapatkan hasil dari jawaban kuesioner AHRS yaitu 21 (kategori sedang). Setelah diberikan terapi REBT selama 7 kali pertemuan dan pendampingan didapatkan hasil dari skor AHRS yaitu 9 (kategori ringan). Penurunan terjadi pada poin 5 tentang keyakinan asal suara, poin 6 tentang isi suara negatif dan poin 8 tentang suara yang menekan. Hal ini sejalan pada penelitian oleh Hastuti et al. (2015) yang melakukan penelitian dengan penerapan REBT pada pasien skizofrenia dengan masalah keperawatan perilaku kekerasan dan halusinasi pendengaran, memaparkan terapi tersebut terbukti efektif dalam mengurangi gejala halusinasi pada pasien skizofrenia dengan penurunan gejala halusinasi sebesar 47%, adanya peningkatan kemampuan kognitif, afektif dan perilaku hingga 57% pada pasien yang menerima REBT. Pada penelitian yang dilakukan oleh Putri (2010) dalam penelitiannya terhadap 28 klien skizofrenia menyatakan bahwa terapi Rational Emotif Behaviour Therapy (REBT) mampu meningkatkan kemampuan kognitif sebesar 9.6% dan sosial 47%. REBT juga mampu menurunkan respon emosi 43%, fisiologis 76%, dan perilaku 47%.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil intervensi studi kasus pada Ny. UH bahwa pada masalah keperawatan halusinasi pendengaran terlihat frekuensi halusinasi pada pasien berkurang, Ny.UH juga mengakui telah jarang mendengarkan suara bisikan tersebut, kepala tidak terasa berat, dan hati tidak gelisah. Hasil dari kuesioner AHRS menunjukkan terdapat penurunan skor sebelum diberikan intervensi yaitu 21 (sedang) dan setelah diberikan intervensi skor AHRS menurun menjadi 9 (ringan). Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan intervensi dalam mengontrol halusinasi disertai penerapan terapi REBT memberikan perubahan terhadap sikap, penilaian terhadap dirinya, meningkatkan percaya diri dengan mengarahkan pasien untuk menjadi pribadi yang lebih baik dan tenang.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan Provinsi Aceh. (2022). Profil Kesehatan Mental Provinsi Aceh 2022. Banda Aceh: Dinkes Aceh
- Damayanti, A. R., P. Yunitasari, E. T. Sulistuowati., & Putri, N. A. (2024). Penerapan terapi okupasi aktivitas waktu luang terhadap perubahan halusinasi pada pasien halusinasi pendengaran. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional* 6(1).
- Dryden, W. (2023). *Rational emotive behaviour therapy: Distinctive features* (2nd ed.).

- Garety, P. A., Ward, T., & Freeman, D. (2022). CBT for psychosis: Not a quasi-neuroleptic. *Clinical Psychology Review*, 43, 155-168
- Hastuti, R. Y., Keliat, B. A., & Mustikasari. (2015). Efektifitas rational emotive behavior therapy berdasarkan profile multimodal terapi pada klien skizofrenia dengan masalah keperawatan perilaku kekerasan dan halusinasi di rumah sakit jiwa. *Jurnal Keperawatan Indonesia* 18(3):143-50.
- Humayun, M. J., D. Samanta., & R. P. Carson. (2023). "Clobazam." National Library of Medicine.
- Ngan, E., C. Lane, T. Ruth., & P. Liddle. 2002. Immediate and delayed effects of risperidone on cerebral metabolism in neuroleptic naïve schizophrenic patients: correlations with symptom change. *Journal of Neurology, Neurosurgery & Psychiatry* 72(1):106-10.
- Nurfiana, I. (2022). Upaya mengontrol tanda dan gejala halusinasi dengan terapi psikoreligius dzikir terhadap pasien halusinasi pendengaran 1. 588-596
- Pardede. Amidos, J., Laura, M. S., dan Efendi, P. H (2020). Efektifitas Behaviour therapy terhadap risiko perilaku kekerasan pada pasien skizofrenia. *Jurnal Mutiara Ners* 3(1):8-14
- Pratiwi, A. (2023). Konsep keperawatan jiwa. Jawa Tengah: Muhammadiyah University Press.
- Putri, D. E., Keliat, B. A., dan Nasution, Y. (2012). Peningkatan respon kognitif dan sosial melalui rational emotive behaviour therapy pada klien perilaku kekerasan. *Jurnal Keperawatan Indonesia* 15(3):193-200
- Raypole, dan Crystal. (2018). Rational emotive behavior therapy. *Healthline* 7. (<https://www.healthline.com/health/rational-emotive-behavior-therapy#takeaway>)
- Stuart, G. W. (2016). Prinsip dan praktik keperawatan kesehatan jiwa Stuart. Elsevier.
- Talha, N., S. Sabir, P. Patel, dan S. Sharma. (2024). "Trihexyphenidyl." National Library of Medicine.
- Thalib, Rilarahmawati, dan Abdullah, R. (2022). Pemberian rational emotive behavior therapy dalam mengontrol perilaku agresif pada pasien perilaku kekerasan." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* 11:127-37. d
- Universitas Syiah Kuala dan RSJ Aceh. (2022). Community mental health survey in Aceh Province 2022. Banda Aceh: USK Publishing.
- Watson, P., & Nathan, P. (2023). Relapse prevention in psychosis: A cognitive approach.
- World Health Organization. (2022). Mental disorders: Key facts and ICD-11 classification. Geneva: WHO Press.
- Wykes, T., Steel, C., & Everitt, B. (2022) Cognitive behavior therapy for schizophrenia: Effect sizes, clinical models, and methodological rigor. *Schizophrenia Bulletin*, 34(3), 523-537