



Pendekatan Terapi Menulis Ekspresif Terhadap Pasien Halusinasi Pendengaran

**Zafira Nabilah¹, Farah Dineva R²,
Martina³**

Universitas Syiah Kuala ^{1,2,3}
e-mail: zafiranabilah23@gmail.com

Abstract

Hallucination is one of the positive symptoms experienced by schizophrenia patients. Auditory hallucinations are the most common type. Untreated hallucinations can lead to risks such as violent behavior, social isolation, low self-esteem, and deficits in self-care. This case study aims to provide comprehensive nursing care using expressive writing therapy at the Aceh Mental Hospital. The patient underwent a seven-day expressive writing therapy consisting of four stages, with each stage lasting 10-30 minutes per day. The results of the case study showed a decrease in the Auditory Hallucination Rating Scale (AHRS) score from 23 (severe category) to 17 (moderate category). The reduction was observed in item 5 concerning beliefs about the origin of voices, item 10 regarding disturbances caused by the voices, and item 11 concerning control over the voices. The nursing interventions also helped the patient feel calmer and relieved by expressing emotions through writing. Based on the study findings, it is recommended that nurses consider applying expressive writing therapy in the care of hallucinating patients.

Keywords: Schizophrenia, Auditory Hallucinations, Expressive Writing Therapy.

Abstrak

Halusinasi merupakan salah satu symptom positif yang dialami pasien skizofrenia. Halusinasi yang paling banyak terjadi adalah halusinasi pendengaran. Halusinasi yang tidak ditangani dengan baik dapat menimbulkan faktor risiko terjadinya perilaku kekerasan, isolasi sosial, harga diri rendah dan defisit perawatan diri. Studi kasus ini bertujuan untuk melakukan asuhan keperawatan secara menyeluruh dengan pendekatan terapi menulis ekspresif di Rumah Sakit Jiwa Aceh. Pasien mendapatkan strategi pelaksanaan dan terapi menulis ekspresif selama tujuh hari yang terdiri dari empat tahap, setiap hari dilakukan satu tahap dengan durasi 10-30 menit. Hasil studi kasus ini didapatkan adanya penurunan skor Auditory Hallucination Rating Scale (AHRS) dan 23 (kategori berat) menjadi 17 (kategori sedang). Penurunan terjadi pada poin 5 tentang keyakinan asal suara, poin 10 tentang gangguan akibat suara dan poin 11 tentang kontrol terhadap suara. Tindakan keperawatan yang diberikan juga membuat pasien lebih tenang dan lega karena dapat menyalurkan perasaan lewat tulisan. Berdasarkan hasil studi kasus, direkomendasikan agar perawat dapat menerapkan terapi menulis ekspresif dalam melakukan perawatan pada pasien halusinasi.

Kata Kunci: Skizofrenia, Halusinasi Pendengaran, Terapi Menulis Ekspresif.

PENDAHULUAN

Gangguan kejiwaan atau gangguan mental masih menjadi perhatian pemerintah Indonesia saat ini. Gangguan jiwa merujuk pada kondisi psikologis dimana individu mengalami penurunan fungsi tubuh, merasa tertekan dan tidak nyaman, serta mengalami penurunan dalam peran mereka di masyarakat. (Stuart, 2016). Menurut WHO (2022) terdapat 300 juta orang di seluruh dunia mengalami gangguan jiwa. Pada tahun 2022, pasien yang mengalami gangguan jiwa di Rumah Sakit Jiwa (RSJ) Aceh sebanyak 1.957 pasien dan 11.938 pasien rawat jalan (Pemerintah Aceh Rumah Sakit Jiwa, 2022). Gangguan jiwa yang paling sering dialami adalah kecemasan, depresi, bipolar, demensia, dan skizofrenia (World Health Organization, 2022).

Skizofrenia ialah sebuah gangguan kejiwaan berat yang memiliki gejala mencakup penurunan kemampuan komunikasi, adanya halusinasi atau delusi, afek yang tidak sesuai atau abnormal, gangguan kognitif, dan sulit dalam menjalankan kegiatan harian (Stuart, 2016). Indonesia merupakan negara yang menempati peringkat 1 dengan kasus skizofrenia terbanyak di dunia tahun 2022 (World Health Organization, 2022). Pada tahun 2022, pasien yang menderita skizofrenia di RSJ Aceh sebanyak 1.957 orang (96,12%) menjalani rawat inap dan sebanyak 6.778 orang (71,78%) menjalani rawat jalan (Rumah Sakit Jiwa Pemerintah Aceh, 2022). Secara garis besar skizofrenia memiliki dua gejala utama: gejala positif dan gejala negatif. Gejala positif mencakup halusinasi, berperilaku yang aneh, delusi, dan pikiran yang tidak terorganisir. Sementara itu gejala negatif termasuk kurangnya kemauan, afek tumpul, kecenderungan penarikan diri dari interaksi sosial (Videbeck, 2020). Sebanyak 90% penderita skizofrenia mengalami halusinasi di antara gejala-gejala tersebut (Jimeno, et al, 2022).

Pada penderita halusinasi, pasien akan merasakan adanya persepsi sensori yang berubah ditandai oleh sensasi palsu berupa penciuman, perabaan, pengecap, penglihatan, dan suara. Halusinasi yang paling banyak dialami adalah halusinasi pendengaran. Penelitian (Maulana et al., 2021), menyatakan jenis halusinasi terbanyak yang dialami penderita skizofrenia adalah halusinasi pendengaran sebanyak 74,13%. Kondisi ini selaras dengan hasil temuan Umsani, Trismiyana dan Gunawan (2023) yang mengungkapkan bahwa sebesar 70% penderita skizofrenia mengalami halusinasi pendengaran, 20% halusinasi penglihatan, dan 10% halusinasi lainnya.

Menurut (Prat el al, 2018) juga mengatakan halusinasi pendengaran dialami oleh 70-80% pasien yang menderita skizofrenia. Perawat memiliki peran dan tanggung jawab penting dalam membantu proses kesembuhan pasien dan mencegah kekambuhan pada pasien skizofrenia terutama pasien dengan halusinasi. Halusinasi yang kambuh kembali akibat tidak ditangani dengan baik akan membahayakan dirinya sendiri dan orang lain. Perawat dapat

memberikan asuhan keperawatan berupa strategi pelaksanaan terhadap pasien halusinasi dan juga memberikan terapi tambahan yang sudah terbukti efektif dalam menangani halusinasi berdasarkan evidence-based practice. Salah satu terapi yang sudah terbukti efektif dalam menangani pasien halusinasi adalah terapi menulis ekspresif.

Terapi menulis ekspresif diyakini mampu mengurangi stres ketika seseorang berhasil menyampaikan emosi-emosi negatifnya seperti kesedihan, kekecewaan, dan duka melalui tulisan tangan, hal ini dapat mulai merubah sikap, mengaktifkan memori, meningkatkan kreativitas, memperbaiki kinerja dan kepuasan hidup serta meningkatkan kekebalan tubuh sehingga dapat membantu mencegah gangguan psikosomatik. Dengan menulis ekspresif, memungkinkan seseorang untuk menyalurkan pengalaman hidupnya ke dalam bentuk tulisan yang dibuat (Rohmah & Pratikto, 2019).

Menurut hasil wawancara serta survei yang dilakukan pada perawat yang bertugas di RSJ Aceh mengungkapkan bahwa terdapat 40 pasien di Ruang Teratai, dengan masing-masing pasien menghadapi satu atau lebih masalah keperawatan. Dari 40 pasien terdapat 26 pasien halusinasi (65%), 6 pasien perilaku kekerasan (15%) dan 5 pasien defisit perawatan diri (12,5%) dan 3 pasien isolasi sosial (7,5%). Salah satu kasus yang membuat penulis tertarik adalah Ny.F berusia 39 tahun dengan masalah keperawatan halusinasi pendengaran. Pasien awalnya tidak terbuka dengan perawat dan mengatakan sudah 4 kali mencoba bunuh diri. Setelah dikaji, pasien sudah rehospitalisasi 1 kali di RSJ Medan sebelum akhirnya dirawat di RSJ Aceh. Pasien pernah mengalami perundungan saat masih bersekolah jenjang Sekolah Dasar (SD) hingga Sekolah Menengah Pertama (SMP), pengucilan di keluarga angkatnya, hingga pasien mencoba untuk bunuh diri. Pasien juga pernah memukul anaknya karena emosi yang tidak dapat dikontrol dan diceraikan karena suaminya tidak menerima kalau pasien pernah dirawat di RSJ Medan. Berlandaskan pada latar belakang yang telah disajikan tersebut, penulis berminat untuk melaksanakan asuhan keperawatan terhadap Ny.F di Rumah Sakit Jiwa Aceh.

METODE PENELITIAN

Studi kasus ini dilaksanakan di ruang rawatan Rumah Sakit Jiwa Pemerintah Aceh. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif dengan format pengkajian yang terstruktur, mencakup berbagai aspek penting dari data pasien. Pertama, data identitas pasien dikumpulkan untuk memperoleh informasi dasar seperti nama, usia, dan jenis kelamin. Selanjutnya, alasan pasien masuk rumah sakit didokumentasikan untuk memahami penyebab utama perawatan. Riwayat penyakit saat ini diperiksa untuk mengevaluasi kondisi kesehatan terkini, termasuk gejala dan terapi sebelumnya. Berdasarkan data yang telah terkumpul, dilanjutkan dengan penetapan diagnose

keperawatan, dan rencana intervensi keperawatan disusun untuk menangani masalah yang diidentifikasi. Implementasi dari intervensi dilakukan sesuai dengan rencana yang telah dibuat, diikuti dengan evaluasi keperawatan untuk menilai efektivitas tindakan yang diberikan dan menyesuaikan asuhan keperawatan sesuai kebutuhan. Pendekatan ini bertujuan untuk memastikan bahwa asuhan keperawatan yang diberikan sesuai dengan standar praktik terbaik dan memenuhi kebutuhan pasien secara optimal.

PEMBAHASAN

Pasien pertama kali didiagnosis menderita skizofrenia pada tahun 2012 dan langsung dibawa ke Rumah Sakit Jiwa Medan. Pasien pernah rehospitalisasi di tahun 2013. Tahun 2014 pasien kembali depresi dan diantarkan oleh Polisi Pamong Praja ke RSJ Aceh karena keluyuran dan tidak tahu arah pulang. Pasien juga terlihat menangis karena ia mendengar suara-suara yang mengatakannya bodoh dan jelek. Pasien sudah berada pada tahap II halusinasi yaitu *condemning*. Pasien mengungkapkan dalam tahap II pasien sebelumnya merasa halusinasi yang menyenangkan berubah menjadi menjijikkan. Pada tahapan ini, pasien mengalami kecemasan berat, pengalaman halusinasi tidak dapat disangkal dengan karakteristik pasien menghentikan perlawanan terhadap halusinasi, menyerah, dan menerima pengalaman sensorinya (halusinasi). Pada tahap ini, pasien mulai kehilangan kendali dan mencoba untuk menjauh dari sumber yang dipersepsikan. Intervensi keperawatan yang diberikan pada pasien meliputi penerapan standar asuhan keperawatan jiwa yang mencakup strategi pelaksanaan (SP) halusinasi berupa 4 SP serta memberikan intervensi tambahan berupa terapi menulis ekspresif.

Implementasi keperawatan SP I mencakup menciptakan hubungan kepercayaan yang kuat, mendukung pasien dalam memahami halusinasi mereka, dan mengajarkan cara mengelola halusinasi secara menghardik. Menghardik ialah strategi untuk mengontrol halusinasi dengan cara menolak keberadaan halusinasi tersebut (Pratiwi & Setiawan, 2018). Pelaksanaan teknik menghardik dengan bimbingan secara konsisten dapat menyebabkan halusinasi berkurang (Nafiatun, Susilaningsih & Rusminah, 2020). Pratiwi (2021) menambahkan, SP I halusinasi yaitu terapi menghardik dapat memperkuat kemampuan mengendalikan halusinasi yang menunjukkan adanya pengurangan dalam gejala halusinasi. Hal ini menunjukkan bahwa mengendalikan halusinasi dengan cara menghardik efektif untuk mengurangi munculnya tanda dan gejala halusinasi.

Implementasi tindakan keperawatan selanjutnya adalah SP II yakni melibatkan pengendalian halusinasi dengan cara meminum obat secara rutin. Selama di Rumah Sakit Jiwa Aceh, pasien sudah teratur minum obat walaupun sebelumnya pasien sempat berhenti minum obat karena menyembunyikan kondisinya dari suaminya. Pasien mendapatkan obat berupa Risperidone (2x1)

2 mg pada pagi dan sore hari, Trihexyphenidyl (THF) (2x1) 2 mg pada pagi dan sore hari dan Diazepam (1x1) 2 mg pada sore hari. Risperidone sebagai obat antipsikotik bermanfaat untuk mengobati gejala suasana hati, sikap bermusuhan, halusinasi, kesulitan bersosialisasi dan kerusakan kognitif pada pasien skizofrenia (Stuart, 2016).

Trihexyphenidyl (THF) merupakan obat antikolinergik. Penggunaan Trihexyphenidyl pada pasien skizofrenia berguna supaya dapat menghindari atau mengatasi salah satu dari efek samping yang mungkin muncul dari konsumsi obat antipsikotik konvensional, baik yang timbul dalam jangka pendek maupun jangka panjang berupa Extra Pyramidal Syndrome (EPS) (Padmasari & Sugiyono, 2019). Efek samping yang dapat timbul seperti parkinson, distonia akut, dan tardif dyskinesia. Musdalifah, Susanti dan Robiyanto (2019) menyebutkan pada sebagian besar terapi antipsikotik pada pasien skizofrenia selalu disertakan pemberian obat trihexyphenidyl. Pemberian trihexyphenidyl diberikan langsung bersama dengan antipsikotik sejak awal pengobatan atau sebelum muncul EPS.

Diazepam adalah obat yang digunakan sebagai anti ansietas untuk menenangkan pasien dengan gejala positif (Rumagit et al., 2021). Diazepam adalah obat esensial golongan benzodiazepine yang dapat digunakan sebagai sedatif dan keadaan psikosomatik yang terdapat hubungannya dengan rasa cemas atau ansietas (Musdalifah & Tee, 2018). Obat ini bekerja untuk meningkatkan aktivitas Gamma Aminobutyric Acid (GABA), yaitu senyawa kimia di otak yang menghambat menghambat kerja neurotransmitter di otak. Efek dari mekanisme ini termasuk efek tenang, rileks, dan rasa kantuk, sehingga bisa digunakan sebagai anticemas (antiansietas), antikejang (antikonvulsan), dan pelepas otot (muscle relaxan). Beberapa efek samping yang dapat terjadi setelah mengonsumsi obat diazepam seperti timbulnya rasa kantuk, pusing, lelah, penglihatan buram, gangguan keseimbangan, tremor, dan bingung (Al-Abbasi, Kumar & Anwar, 2020).

Perawat juga memberikan edukasi terkait 6 benar prinsip minum obat, manfaat serta kerugian jika tidak mengonsumsi obat dengan rutin. Penelitian yang dilaksanakan oleh Erfiana dan Putri (2022), menjelaskan terkait obat pada pasien skizofrenia dapat menambah pengetahuan pasien. Setelah diberikan penjelasan lebih dalam, pasien berkomitmen akan teratur minum obat ketika sudah berada di rumah nantinya agar tidak kembali ke Rumah Sakit Jiwa. Pasien mengatakan obat sangat efektif dalam mengatasi halusinasi dan meredakan kemarahannya.

Selanjutnya perawat memberikan implementasi SP III yakni melibatkan pengendalian halusinasi dengan cara melakukan komunikasi terhadap orang lain. Intervensi ini bertujuan membantu pasien supaya terlibat dalam

percakapan sehingga tidak terfokus pada halusinasinya. Hal ini juga sejalan dengan penelitian (Larasaty and Hargiana, 2019) yang mengatakan bahwa berbicara ialah metode yang terbukti efisien dalam mengontrol halusinasi, karena melibatkan pasien dalam dialog dan menghindarkan pasien dari berinteraksi dengan halusinasi. Teknik ini merupakan pengalihan agar pasien tidak mengikuti perintah yang membahayakan dari halusinasinya. Hal ini didukung juga oleh penelitian (Alfaniyah & Pratiwi, 2021) yang mengungkapkan bahwa terapi berbicara mampu mengontrol halusinasi, yang ditunjukkan dengan adanya pengurangan gejala dan tanda halusinasi. Sejalan dengan penelitian tersebut, pasien mengatakan bahwa saat mengajak orang lain berbicara maka suara halusinasi yang kerap didengar akan menghilang. Hal ini menunjukkan SP III mengontrol halusinasi dengan berbicara bersama orang lain efektif untuk diterapkan.

Terapi selanjutnya adalah SP IV yaitu melatih pasien melakukan aktivitas terjadwal, dalam terapi ini, pasien dibimbing dan diberi pelatihan untuk merancang jadwal harian yang mencakup kegiatan dari pagi hingga sore hari. Jadwal yang dibuat termasuk kegiatan yang berhubungan dengan aktivitas mandi, makan, senam atau olahraga, latihan menghardik halusinasi, minum obat, bercakap-cakap dan terapi musik klasik. Kegiatan yang diikuti akan menjadikan pasien sibuk, dengan itu membuatnya tidak memiliki waktu termenung tanpa melakukan aktivitas. Sebagaimana hasil temuan yang diteliti oleh (Suhermi et.all., 2021), menyatakan bahwa memberikan kegiatan kepada pasien halusinasi akan membuat pasien mengurangi fokusnya terhadap halusinasi yang dialaminya serta mampu menjalin interaksi dengan lingkungan sekitarnya. Mengontrol halusinasi dengan cara melakukan kegiatan terjadwal tujuannya adalah untuk meningkatkan kesadaran pasien tentang hubungan antara persepsi yang mereka alami dan situasi dunia nyata. Pasien menunjukkan kemajuan setelah mengikuti latihan. Latihan tersebut berhasil mengalihkan perhatian dari masalah utama, yaitu halusinasi pendengaran, dengan cara melibatkan pasien dalam aktivitas yang mengalihkan fokus mereka dari halusinasi yang dialami (Rinjani, Murandari & Nugraha 2020).

Selain pemberian SP I-IV, diberikan terapi tambahan dalam implementasi masalah keperawatan halusinasi yaitu terapi menulis ekspresif. Metode menulis ekspresif memungkinkan seseorang mampu mengekspresikan pengalamannya atau kejadian yang tidak menyenangkan dalam bentuk tulisan. Menulis ekspresif mampu mendukung para pasien untuk mengenali serta menangani tekanan emosional yang mereka alami dalam kehidupan sehari-hari (Pennebaker & Smyth, 2016). Terapi menulis ekspresif ialah satu intervensi yang dianggap dapat mengungkapkan atau menjelaskan terkait pengalaman hidup pasien pada masa lalu, sekarang atau masa depan. Melalui terapi menulis ekspresif, tulisan-tulisan yang dibuat mampu mengungkapkan gambaran pengalaman hidup seseorang (Rohmah & Pratikto, 2019).

Menurut (Rohmah & Pratikto, 2019) membagi Terapi Menulis Ekspresif ke dalam 4 sesi, yaitu recognition/initial writing, examination/writing exercise, juxtaposition/ feedback dan application to the self. Sebelum terapi menulis ekspresif dimulai, perawat melakukan wawancara terstruktur dengan pasien menggunakan kuesioner AHRS, yang berisi 11 pertanyaan terkait halusinasi, yakni: frekuensi, durasi, lokasi, kekuatan suara, keyakinan asal suara, jumlah isi suara negatif, intensitas isi suara negatif, jumlah suara yang menekan/menyusahkan, intensitas suara yang menekan/menyusahkan, gangguan akibat suara serta kontrol terhadap suara. Kuesioner Auditory Halucination Rating Scale (AHRS), terdiri dari kategori tidak ada dengan skor 0, kategori ringan dengan skor 1-11, kategori sedang dengan skor 12-22, kategori berat dengan skor 23-33 dan kategori sangat berat dengan skor 34-44.

Pada terapi menulis ekspresif tahap 1 (recognition/initial writing), perawat meminta pasien menulis bebas bertujuan untuk menciptakan rasa nyaman dan membangkitkan semangat pasien dalam proses menulis. Pasien menuliskan tentang kronologi kenapa ia bisa dibawa ke Rumah Sakit Jiwa Aceh. Setelah menulis, pasien mengatakan ia bingung dalam menyusun kata-kata untuk dituangkan dalam bentuk tulisan. Pasien merasa senang karena bisa mengingat kembali kejadian masa lalu, baik yang menyenangkan atau menyedihkan. Hal ini selaras dengan penelitian Faried, Novie kayati dan Saragih (2018) yang mengatakan bahwa individu dapat merubah sikap, meningkatkan kreativitas, mengaktifkan kembali memori, memperbaiki kinerja dan kepuasan hidupnya dengan menulis sehingga ia mampu mengendalikan halusinasi yang dirasakan. Pada tahap 2 (examination/writing exercise) dilakukan sebanyak 5 kali dengan tema yang berbeda. Tema yang diberikan adalah aktivitas sehari-hari, pengalaman yang membahagiakan, perasaan terhadap orang lain, masa sekarang dan keinginannya, dan konflik pribadinya. Tulisan pada terapi ini meliputi tulisan bebas yang berisi tentang pengalaman sedih, impian serta cita-cita, dan keinginan pasien, sehingga memungkinkan pasien mampu mengekspresikan emosi serta dapat memperbaiki pengontrolan diri terhadap halusinasi yang dialami pasien (Amalia & Meiyuntariningsih, 2020; Rusdi & Kholifah, 2021).

Selanjutnya tahap ke 3 (juxtaposition/ feedback). Pada tahap ini, pasien lebih lega setelah menuangkan ceritanya ke dalam bentuk cerita. Pada awal tahap menulis, pasien sulit merangkai kata-kata untuk tulisannya. Namun lama kelamaan pasien merasa sudah lebih mudah. Pasien merasa lega setelah menuangkan isi pikirannya ke dalam bentuk tulisan. Berkaitan dengan itu, memiliki kesamaan dengan hasil temuan oleh Nashori, Rovieq dan Astuti (2021) yang menjelaskan bahwa setelah adanya menulis ekspresif, pasien merasa sedikit lega karena mengungkapkan emosinya lewat tulisan. Namun pasien mengatakan ia lebih senang bercerita langsung jika ada teman cerita. Jika tidak, ia akan menuangkan perasaannya dalam bentuk tulisan.

Selanjutnya perawat melanjutkan ke tahap 4 yaitu *application to the self*. Pada tahap ini, pasien merasa bahwa dirinya sulit dan tidak percaya diri untuk bersosialisasi dengan banyak orang karena tidak percaya diri. Bahkan pasien mengungkapkan ia tidak ingin kembali ke lingkungan rumahnya yang dulu dan lebih nyaman tinggal di Rumah Sakit Jiwa Aceh. Perawat tetap memberikan semangat dan motivasi agar pasien terus berlatih berinteraksi dengan orang lain dan tetap percaya diri bahwa pasien sangat berharga untuk anak dan orang-orang yang menyayangnya. Perawat juga menyarankan kepada pasien untuk tetap melanjutkan dan mengaplikasikan terapi menulis jika merasa kesepian dan tidak ada teman cerita saat sudah pulang ke rumah. Hasil tersebut selaras dengan hasil yang diperoleh Rohma dan Pratikto (2019) yang menjelaskan bahwa melalui terapi menulis ekspresif, pasien skizofrenia dapat meningkatkan kemampuan mereka dalam hal pengungkapan diri (*self disclosure*).

Sebelum dilakukan pemberian terapi menulis ekspresif, didapatkan skor dari jawaban kuesioner AHRS yaitu 23 (kategori berat). Setelah diberikan terapi menulis ekspresif selama 7 kali pertemuan dan pendampingan, diperoleh hasil skor AHRS yaitu 17 (kategori sedang). Penurunan terjadi pada poin 5 tentang keyakinan asal suara, poin 10 tentang gangguan akibat suara, dan poin 11 tentang kontrol terhadap suara. Hasil ini memperlihatkan bahwa ditemukan adanya pengurangan tingkat halusinasi yang diderita oleh Ny. F. Sebagaimana penelitian yang telah dilaksanakan oleh Rusdi dan Kholifah (2021), setelah diberikan terapi menulis ekspresif pada pasien dengan halusinasi pendengaran diketahui adanya penurunan tingkat halusinasi pasien gangguan jiwa. Hal ini menyebabkan pasien merasakan perubahan setelah dilakukannya proses terapi menulis ekspresif (Nashori, Rovieq & Astuti 2021). Terapi menulis ekspresif diyakini dapat mengurangi stres karena individu mampu menyalurkan emosi negatif seperti kesedihan, kekecewaan, dan duka melalui tulisan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan studi kasus asuhan keperawatan, setelah dilakukan asuhan keperawatan sejak tanggal 01 Desember 2023 s/d 10 Desember 2023 didapatkan hasil setelah intervensi pada pasien yang mengalami halusinasi pendengaran di Rumah Sakit Jiwa Aceh, maka penulis dapat menyimpulkan bahwa asuhan keperawatan strategi pelaksanaan (SP I, II, III, IV) dan terapi menulis ekspresif berdampak pada menurunnya frekuensi halusinasi pada pasien. Pasien mengatakan suara perempuan yang mengatakannya bodoh sudah berkurang, hanya muncul 1 kali sehari atau bahkan tidak muncul dalam sehari. Pasien juga mampu mengingat cara mengontrol halusinasi dengan menghardik, meminum obat secara teratur, bercakap-cakap dengan orang lain dan melakukan aktivitas terjadwal. Pasien juga mengatakan selama pelaksanaan intervensi terapi menulis ekspresif, pasien merasa lega dapat menuangkan perasaannya ke dalam bentuk tulisan.

Hasil dari kuesioner AHRS juga menunjukkan bahwa terdapat penurunan skor sebelum diberikan intervensi yaitu 23 (kategori berat) menjadi 17 (kategori sedang). Oleh karena itu, pendekatan strategi keperawatan dan terapi menulis ekspresif bermanfaat sebagai terapi untuk pengalihan atau memberikan distraksi yang dapat mengubah sikap pasien.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Abbasi, F., Kumar, V., & Anwar, F. (2020). Biochemical and toxicological effect of diazepam in stress-induced cardiac dysfunctions. *Toxicology Reports*, 7(1), 788–794.
- Alfaniyah, U., & Pratiwi, Y. S. (2021). Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan Penerapan Terapi Bercakap-cakap Pada Pasien Gangguan Persepsi Sensori: Halusinasi. In *Seminar Nasional Kesehatan*.
- Amalia, R., & Meiyuntariningsih, T. (2020). Expressive writing therapy dan kemampuan pengungkapan emosi pasien skizofrenia hebefrenik. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(2), 76-83.
- Erfiana, E., & Putri, D. E. (2022). Edukasi Kepatuhan Minum Obat dalam Meningkatkan Pengetahuan Skizofrenia Untuk Patuh Minum Obat. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(3), 221–226. <https://doi.org/10.25008/altifani.v2i3.247>
- Fariied, L., Noviekayati, I., & Saragih, S. (2018). Efektivitas pemberian expressive therapy terhadap kecenderungan self injury ditinjau dari tipe kepribadian introvert. *Jurnal Psikovidya*, 22(2), 114-125. <https://doi.org/10.37303/psikovidya.v22i2.108>.
- Jimeno, N., Gomez-Pilar, J., Poza, J., Hornero, R., Vogeley, K., Meisenzahl, E., Lichtenstein, T. K., Rosen, M., Kambeitz, J., Klosterkötter, J., & Schultze-Lutter, F. (2022). (Attenuated) hallucinations join basic symptoms in a transdiagnostic network cluster analysis. *Schizophrenia Research*, 243, 43–54. <https://doi.org/10.1016/j.schres.2022.02.018>
- Larasaty, L., & Hargiana, G. (2019). Manfaat Bercakap-Cakap Dalam Peer Support Pada Klien Dengan Gangguan Sensori Persepsi: Halusinasi Pendengaran. *Jurnal Kesehatan Akademi Keperawatan Ngesti Waluyo*, 8(1), 2–8.
- Maulana, I., Hernawati, T., & Shalahuddin, I. (2021). Terapi Aktivitas Kelompok Menurunkan Tingkat Halusinasi Pada Pasien Skizofrenia: Literature

Review. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKI): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 9(1), 153-160.

Musdalifah, W., Susanti, R., & Robiyanto. (2019). Evaluasi Penggunaan Obat Triheksifenidil Sebagai Terapi Adjuvan Pada Pasien Skizofrenia Di Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit Jiwa Daerah Sungai Bangkong Pontianak. *Jurnal Mahasiswa Farmasi Fakultas Kedokteran UNTAN*, 4(1).

Musdalipah, & Tee, S. A. (2018). Analisis Efektivitas Biaya Obat Alprazolam Dan Diazepam Pada Pasien Depresi Di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Sulawesi Tenggara. *Jurnal Ilmiah Ibnu Sina*, 3(2), 252-260.

Nafiatun, S., Susilaningsih, I., & Rusminah. (2020). Penerapan Teknik Menghardik Pada Tn. J Dengan Masalah Halusinasi. *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*, 6(1), 15-24.

Nashori, F., Rovieq, F., & Astuti, Y., (2021) Terapi Menulis Ekspresif untuk Meningkatkan Kesejahteraan Subjektif Remaja dengan Lupus. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 6(1) 79-92.

Padmasari, S., & Sugiyono. (2019). Evaluasi Rasionalitas Penggunaan Obat Antipsikotik Pada Pasien Skizofrenia Di Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta Tahun 2017. *Acta Holistica Pharmaciens*, 1(1), 25-32.

Pennebaker, J. W., & Smyth, J. M. (2016). *Pening Up By Writing It Down: The Healing Power Of Expressive Writing* (3rd ed). Guilford.

Prat et all.. (2018). Gender Differences In Social Functioning In People With Schizophrenia In Psychosocial Rehabilitation Services Using One-Dimensional And Multidimensional Instruments. *Comprehensive Psychiatry*, 87, 120-122. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2018.10.004>

Pratiwi, M., & Setiawan, H. (2018). Tindakan Menghardik Untuk Mengatasi Halusinasi Pendengaran Pada Klien Skizofrenia Di Rumah Sakit Jiwa. *Jurnal Kesehatan*, 7(1), 7-13.

Rinjani, S., Murandari, Nugraha, A., & Widiyanti, E. (2020). Efektivitas Terapi Psikoreligius Terhadap Pasien Dengan Halusinasi. *Jurnal Medika Cendikia*, 7(2), 136-144.

Rohmah, L. F., & Pratikto, H. (2019). Expressive Writing Therapy Sebagai Media Untuk Meningkatkan Kemampuan Pengungkapan Diri (Self Disclosure)

Pada Pasien Skizofrenia Hebefrenik. *Psibernetika*, 12(1).
<https://doi.org/10.30813/psibernetika.v12i1.1584>

Rosyada, A., & Pratiwi, Y. S. (2021). Penerapan terapi psikoreligius zikir pada klien gangguan halusinasi pendengaran. *Seminar Nasional Kesehatan*, 1(3), 2392-2397.

Rumagit, P., Tampa'i, R., Pareta, D., & Tombuku, J. L. (2021). Potensi Interaksi Obat Antipsikotik Pada Pasien Skizofrenia Paranoid di Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr.V.L Ratumbusang. *Biofarmasetikal Tropis*, 4(1), 88-96.
<https://doi.org/10.55724/j.biofar.trop.v4i1.314>

Rumah Sakit Jiwa Pemerintah Aceh. (2022). Laporan Kinerja (LKJ) Rumah Sakit Jiwa Aceh. Diakses melalui https://ppid.acehprov.go.id//assets/uploads/31E1/informasi-publik/p4U2/LAKIP_RSJ_TAHUN_2022.pdf

Rusdi, & Kholifah, S. (2021). Expressive Writing Therapy and Disclosure Emotional Skills on the Improvement of Mental Disorder Patients Control Hallucinations. *Proceedings of the 2nd Syedza Saintika International Conference on Nursing, Midwifery, Medical Laboratory Technology, Public Health and Health Information Management (SeSICNiMPH 2021)*, 71-76.

Suhermi, S., Ramli, R., & Caing, H. (2021). Pengaruh terapi activity daily living terhadap pemulihan pasien halusinasi. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 12(1), 54- 57.

Stuart, G. W. (2016). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa* Stuart. Elsevier.St.Louis : Mosby Inc.

Towsend, M. C., & Morgan, K. I. (2018). *Psychiatric Mental Health Nursing: Concepts Of Care In Evidence-based Practice* (9 th ed). F. A Davis Company.

Umsani, U., Trismiyana, E., & Gunawan, M. R. (2023). Asuhan Keperawatan terhadap Perubahan Perilaku Penderita Halusinasi Pendengaran pada Pasien Skizofrenia melalui Terapi Musik di Klinik Aulia Rahma Kota Bandar Lampung. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(2), 843-852. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i2.8368>

Videbeck, S. L. (2020). *Psychiatric-mental Health Nursing* (8 th ed). Wolters Kluwer.