



Pengaruh Teknik Distraksi Terhadap Penurunan Suara-Suara Pada Pasien Halusinasi Pendengaran di Yayasan Rumah Ceria Repok Tahun 2022

Silvia Sri Devi¹, Marisca Agustina², Ruswanti³

Fakultas Kesehatan Universitas Indonesia Maju (UIMA)

Alamat : Jln. Harapan Nomor 50, Lenteng Agung – Jakarta Selatan 12610

Email korespondensi : silviasridevi667@gmail.com

Abstrak.Latar Belakang : Halusinasi pendengaran merupakan gejala yang sering muncul pada penderita skizofrenia. Teknik distraksi dalam intervensi keperawatan untuk mengalihkan perhatian terhadap apa yang sedang disajikan. Teknik distraksi ini sangat berpengaruh bagi individu dengan gangguan jiwa, terutama yang mengalami halusinasi pendengaran. Tujuan : Untuk mengetahui pengaruh teknik distraksi pada pasien dengan gangguan halusinasi pendengaran. Metode : Penelitian ini menggunakan desain penelitian Quasi eksperimen dengan pendekatan rancangan one group pre – post – test dan teknik non – probability sampling dengan model purposive sampling. Hasil : Penelitian ini didapatkan terdapat sebanyak 4 responden mengalami halusinasi sedang (26,7%), responden dengan kriteria mengalami halusinasi berat sebanyak 6 responden (40%), dan halusinasi sangat berat sebanyak 5 responden (33.3%). Setelah diberikannya perlakuan bercakap-cakap dengan orang lain, terdapat sebanyak 7 responden (46,7%) mengalami penurunan suara-suara yaitu menjadi ringan, dan 8 responden (53,3%) mengalami penurunan suara-suara menjadi sedang. Kesimpulan : Ada pengaruh teknik distraksi terhadap penurunan suara-suara pada pasien halusinasi pendengaran berdasarkan hasil pengolahan data menggunakan uji paired T-Test.

Kata Kunci : Teknik distraksi, penurunan suara-suara, halusinasi

Abstract.Background: Auditory hallucinations are a symptom that often appears in schizophrenia sufferers. Distraction techniques in nursing interventions to divert attention to what is being presented. This distraction technique is very influential for individuals with mental disorders, especially those who experience auditory hallucinations. Objective: To determine the effect of distraction techniques on patients with auditory hallucinations. Method: This research uses a quasi-experimental research design with a one group pre-post-test design approach and non-probability sampling techniques with a purposive sampling model. Results: This research found that 4 respondents experienced moderate hallucinations (26.7%), respondents with the criteria of experiencing severe hallucinations as many as 6 respondents (40%), and very severe hallucinations as many as 5 respondents (33.3%). After being given the treatment of conversing with other people, 7 respondents (46.7%) experienced a decrease in their voices, namely they became mild, and 8 respondents (53.3%) experienced a decrease in their voices to moderate. Conclusion: There is an effect distraction technique to reduce voices in patients with auditory hallucinations based on the results of data processing using the paired T-Test.

Keywords: Distraction techniques, decreased voices, hallucinations

PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa merupakan suatu kondisi perasaan sejahtera secara subyektif, suatu evaluasi diri mengenai perasaan meliputi aspek konsep diri, kebugaran dan kemampuan mengendalikan diri (Kartika Herdiyanto et al., 2017). Gangguan mental sebenarnya sama seperti gangguan fisik lainnya, tetapi gangguan mental lebih kompleks dan dapat berkisar dari ringan, seperti kecemasan, hingga penyakit parah, atau yang biasa dikenal dengan kegilaan

(Kurniawan, 2016). Disebutkan bahwa gangguan jiwa terdiri dari masalah yang berbeda dengan gejala yang berbeda. Namun, umumnya ditandai dengan kombinasi perubahan pikiran, perasaan, perilaku, dan hubungan abnormal dengan orang lain.

World Health Organization (WHO, 2017) menyatakan bahwa depresi dan kecemasan merupakan gangguan jiwa umum dengan prevalensi tertinggi. Lebih dari 200 juta orang di seluruh dunia (3,6% dari populasi) menderita kecemasan. Saat ini jumlah penderita depresi di seluruh dunia berkisar antara hingga 322 juta (4,4% dari populasi), hampir setengahnya berasal dari wilayah di Asia Tenggara dan Pasifik Barat. Depresi adalah penyebab utama dari kasus bunuh diri, setara dengan sekitar 800.000 kasus bunuh diri per tahun.

Di antara fenomena yang terjadi, jenis halusinasi yang dialami pada pasien gangguan jiwa, jenis halusinasi yang paling banyak terjadi yaitu halusinasi pendengaran terjadi pada 70% pasien, diikuti oleh halusinasi visual pada 20%, dan 10% halusinasi penciuman, rasa dan perabaan (Irman et al., 2016).

Halusinasi merupakan keperawatan yang sering muncul pada pasien dengan skizofrenia. Jika pasien yang menderita halusinasi tidak segera diobati dampak yang dapat ditimbulkan oleh pasien yaitu kehilangan control dirinya, dapat melakukan bunuh diri (*suicide*), membunuh orang lain (*homicide*), dan bahkan merusak lingkungan disekitarnya. bisa menyakiti diri sendiri dan melukai orang lain akibat dari tidak terkontrolnya halusinasi, mungkin mengalami kepanikan, agitasi, menarik diri, atau kekerasan katatonik, perilaku ketakutan, dan mungkin tidak dapat merespon dengan banyak orang. Hal ini pasien dengan halusinasi penting dilakukan penanganan terapi, perawatan, atau pengobatan.

Menurut peneliti (Wicaksono & Pratiwi, 2017) distraksi telah banyak digunakan pada pasien dengan halusinasi pendengaran. Salah satu metode yang biasa digunakan untuk memerangi halusinasi adalah distraksi atensi, yang biasa disebut dengan (distraksi) dan relaksasi. Teknik distraksi merupakan pengalihan perhatian atau mengurangi emosi dan pikiran negatif terhadap sensasi yang tidak diinginkan (PPNI, 2018).

Distraksi merupakan teknik non farmakologis yang paling umum dipakai untuk manajemen perilaku selama tindakan. Proses distraksi melibatkan persaingan untuk mengalihkan perhatian antara sensasi yang sangat menonjol misalnya nyeri menggunakan penekanan yang diarahkan secara sadar dalam beberapa kegiatan aktivitas lainnya (Firdaus, 2019). Tujuan penggunaan teknik distraksi dalam intervensi keperawatan adalah untuk mengalihkan atau mengalihkan perhatian pasien terhadap apa yang sedang disajikan, teknik tersebut merasa lebih nyaman, rileks dan dalam situasi yang lebih menyenangkan atau nyaman.

Teknik distraksi ini sangat berpengaruh bagi individu dengan gangguan jiwa, terutama yang mengalami halusinasi pendengaran. Karena teknik ini digunakan untuk mengalihkan perhatian pasien ke hal lain, memberikan stimulus sensorik yang menyenangkan untuk merangsang sekresi endorfin, mengontrol kekambuhan, dan menciptakan situasi suasana tenang, aman, nyaman dan santai dari halusinasi. Oleh karena itu peneliti ingin meneliti terkait Pengaruh teknik distraksi terhadap penurunan suara – suara pada pasien halusinasi pendengaran di Yayasan Rumah Ceria REPOK tahun 2022.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan metode *Quasi eksperiment* dengan pendekatan *one-group pretest-posstest*, dengan jumlah sampel sebanyak 15 pasien halusinasi pendengaran. Metode pengambilan sampel *purposive sampling*. Instrument dalam penelitian ini yang digunakan merupakan kuesioner *Psychotic Symptom Rating Scale (PSYRATS)* yang akan diberikan kepada responden atau sampel penelitian untuk mengetahui halusinasi yang dialaminya. Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari 2022 terhadap 15 responden di Yayasan Rumah Ceria REPOK Provinsi Jawa Barat. Data analisis secara univariat melalui distribusi frekuensi dan analisis bivariat menggunakan uji *Shapiro-wilk*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Analisis Univariat

1. Penurunan suara-suara sebelum diberikan perlakuan teknik distraksi

Tabel 1. Penurunan Suara – Suara Sebelum Diberikan Teknik Distraksi

Tingkat Halusinasi	Total	Persentase
Halusinasi Sedang	4	26,7
Halusinasi Berat	6	40,0
Halusinasi Sangat Berat	5	33,3
Total	15	100

Berdasarkan tabel diatas diperoleh informasi bahwa pada pretest eksperiment responden dengan kriteria halusinasi sedang sebanyak 4 responden dengan persentase 26.7%, responden dengan kriteria halusinasi berat sebanyak 6 responden dengan persentase 40%, dan responden dengan kriteria halusinasi sangat berat sebanyak 5 responden dengan persentase 33.3%.

2. Penurunan suara-suara sesudah diberikan perlakuan teknik distraksi

Tabel 2. Penurunan Suara - Suara Sesudah Diberikan Perlakuan Teknik Distraksi

Tingkat Halusinasi	Total	Pesentase
Halusinasi Ringan	7	46,7
Halusinasi Sedang	8	53,3
Total	15	100

Pada tabel diatas posttest eksperiment diperoleh informasi bahwa responden dengan kriteria halusinasi ringan sebanyak 7 responden dengan persentase 46.7%, dan responden dengan kriteria halusinasi sedang sebanyak 8 responden dengan persentase 53.3%.

3. Analisis Bivariat

- a. Uji Normalitas *Shapiro – Wilk*

Uji normalitas yang digunakan adalah *Shapiro-Wilk* karena jumlah sampel lebih kecil dari 30 sampel. Hasil uji normalitas yang diperoleh adalah :

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

Variabel	N	<i>Shapiro - Wilk</i>		
		Statistic	Df	Sig.
Pretest	15	.935	15	0.322
Posttest	15	.895	15	0.080

Berdasarkan tabel diatas diperoleh informasi bahwa nilai Sig. dari pretest eksperiment sebesar 0.322, dan dari posttest eksperiment sebesar 0.080. berdasarkan hal tersebut maka dapat diputuskan bahwa pengujian eksperiment menggunakan uji *paired T-Test*.

- b. Hasil dan Perbedaan Skor Teknik Distraksi terhadap Penurunan Suara-suara Halusinasi Pendengaran pada *Pre-Test* dan *Post-Test*

Berikut merupakan hasil dari uji hipotesis yang dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4. Hasil Pengujian Eksperimen

Eksperimen	<i>Mean ± SD</i>	<i>Selisih Mean</i>	Sig.
Pretest	28.2667 ± 7.582	15	0.000
Posttest	14.2667 ± 5.324		

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh informasi bahwa rata-rata pretest sebesar 28.2667 sedangkan rata-rata posttest sebesar 14.2667. Selisih mean sebesar 15, nilai tersebut positif dengan demikian didapatkan informasi bahwa terdapat penurunan suara-suara halusinasi pendengaran setelah diberikan Teknik Distraksi. Selain itu didapatkan nilai Sig. sebesar $0.000 < 0.05$, dengan demikian dapat diputuskan bahwa terdapat perbedaan rata-rata halusinasi pendengaran sebelum dan sesudah diberikan Teknik Distraksi. Berdasarkan hal tersebut maka dapat diputuskan bahwa pengaruh teknik distraksi terhadap penurunan suara-suara halusinasi pendengaran.

Pembahasan

Pembahasan Hasil

- a. Tingkat halusinasi responden sebelum diberikan teknik distraksi terapi bercakap-cakap

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan diketahui pada pretest eksperimen mayoritas responden berada pada kriteria halusinasi berat sebanyak 6 responden (40%), kemudian responden dengan kriteria halusinasi sangat berat sebanyak 5 responden (33,3%) dan responden dengan kriteria halusinasi sedang sebanyak 4 responden dengan persentase (26,7%).

Hal ini sejalan dengan penelitian (Ertekin Pinar & Tel, 2019) yang menunjukkan bahwa pasien halusinasi pendengaran cenderung mendengar suara-suara halusinasi dengan frekuensi yang sering. Salah satu penyebab terjadinya halusinasi adalah gangguan jiwa skizoprenia (gangguan mental yang ditandai dengan gangguan proses berpikir dan tanggapan emosi yang lemah).

- b. Tingkat halusinasi responden sesudah diberikan teknik distraksi terapi bercakap-cakap

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan diketahui pada posttest eksperimen menunjukkan penurunan suara-suara halusinasi pada pasien. Pada hasil posttest tidak didapati pasien dengan halusinasi berat dan sangat berat. Mayoritas responden berada pada kriteria halusinasi sedang yakni sebanyak 8 responden (53,3) dan responden dengan kriteria halusinasi ringan sebanyak 7 responden (46,7%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Kusumawaty et al., 2021) dengan pelaksana kegiatan mendemonstrasikan cara melakukan bercakap-cakap dan terakhir meminta pasien melakukan *roleplay* atau mendemonstrasikan cara bercakap-cakap. Berdasarkan hasil observasi diketahui terjadinya peningkatan kemampuan pasien dalam mengontrol halusinasinya setelah dilakukan teknik distraksi bercakap-cakap.

- c. Pengaruh pemberian teknik distraksi terhadap penurunan suara-suara pasien halusinasi pendengaran

Diketahui bahwa terdapat perbedaan rata-rata suara halusinasi pendengaran sebelum dan sesudah diberikan distraksi terapi bercakap-cakap, dengan kata lain teknik distraksi terapi bercakap-cakap mampu mempengaruhi penurunan suara-suara pada pasien halusinasi pendengaran. Responden dalam penelitian ini baik laki-laki maupun perempuan yang mengalami halusinasi berat dan sangat berat ketika pretest eksperimen diketahui mengalami penurunan tingkat halusinasi menjadi halusinasi ringan dan sedang yang ditunjukkan pada hasil posttest.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Carter & Wells, 2018) yang juga menunjukkan hasil bahwa terapi distraksi atau pengalihan perhatian dapat menurunkan suara pada pasien halusinasi pendengaran. (Carter & Wells, 2018) menyatakan bahwa pengenalan terapi distraksi yang berulang berkaitan dengan penurunan frekuensi halusinasi dan durasi munculnya halusinasi. Pada penelitian (Carter & Wells, 2018) diketahui bahwa pasien yang mengikuti pengenalan terapi distraksi baik frekuensi maupun durasi munculnya halusinasi menurun secara substansial. Beberapa pasien bahkan mengalami penurunan frekuensi dan durasi menjadi nol kali.

KESIMPULAN

Adanya pengaruh teknik distraksi terhadap penurunan suara-suara sebelum diberikan perlakuan teknik distraksi bercakap-cakap dengan orang lain mayoritas mengalami halusinasi berat. Sesudah diberikan perlakuan teknik distraksi bercakap-cakap dengan orang lain mayoritas menurun dari berat menjadi ringan. Hasil analisis bivariat menunjukkan ada pengaruh teknik distraksi terhadap penurunan suara-suara pada pasien halusinasi pendengaran dengan nilai sig ($p - \text{value}$) $0.000 < 0.05$.

Konflik Kepentingan

Peneliti menyatakan bahwa penelitian ini independent, tidak melibatkan komunitas dan organisasi

Ucapan Terima Kasih

Dengan selesainya penelitian ini, peneliti mengucapkan terima kasih sebanyak – banyak nya kepada keluarga, dosen/staff Universitas Indonesia Maju yang telah membantu peneliti untuk menyelesaikan penelitian ini. Serta teman – teman yang memberikan dukungan, masukan dan saran.

Pendanaan

Penelitian ini sudah lolos uji etik pada komisi etik Universitas Indonesia Maju dengan No.4853/Sket/Ka-Dept/RE/UIMA/VI/2023

DAFTAR PUSTAKA

- Alfaniyah, U., & Pratiwi, Y. S. (2021). Penerapan Terapi Bercakap-cakap Pada Pasien Gangguan Persepsi Sensori: Halusinasi. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan, 1*, 2398–2403. <https://doi.org/10.48144/PROSIDING.VII.1077>
- Agustina M. Terapi Elektrokonvulsif (ECT) Pemberian Terapi Elektrokonvulsif (ECT) Terhadap Peningkatan Fungsi Kognitif Klien Gangguan Jiwa. *J Ilm Ilmu Keperawatan Indones*. 2018
- Agustina, M. (2018). Tingkat Pengetahuan Pasien dalam Melakukan Cara Mengontrol dengan Perilaku Pasien Halusinasi Pendengaran. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 7(04), 306–312. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v7i04.74>
- Carter, K. E. P., & Wells, A. (2018). Effects of the attention training technique on auditory hallucinations in schizo-affective disorder: A single case study. *Case Reports in Psychiatry*, 2018. <https://doi.org/10.1155/2018/1537237>
- Dermawan, D. &, & Rusdi. (2013). *Keperawatan Jiwa; Konsep dan Kerangka Kerja Asuhan Keperawatan Jiwa*.
- Ertekin Pinar, S., & Tel, H. (2019). The Effect of Music on Auditory Hallucination and Quality of Life in Schizophrenic Patients: A Randomised Controlled Trial. *Issues in Mental Health Nursing*, 40(1), 50–57. <https://doi.org/10.1080/01612840.2018.1463324>
- Firdaus, M. A. (2019). *HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN KECANDUANMOBILE GAME ONLINE PADA MAHASISWA SI ILMUKEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATANUNIVERSITAS MUHAMMDIYAH MALANG*.
- Ibrahim, O., & Devesh, S. (2019). Implication of public speaking anxiety on the employability of Omani graduates. *Journal of Teaching and Learning for Graduate Employability*, 10(2), 122–135. <https://doi.org/10.21153/JTLGE2019VOL10NO2ART861>
- Kartika Herdiyanto, Y., Tobing, D. H., & Vembriati, N. (2017). Stigma Terhadap Orang Dengan Gangguan Jiwa Di Bali. *Inquiry Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 121–132.
- Kurniawan, F. (2016). *GAMBARAN KARAKTERISTIK PADA PASIEN GANGGUAN JIWA SKIZOFRENIA DI INSTALASI JIWA RSUD BANYUMAS TAHUN 2015*.
- Kusumawaty, I., Yunike, Y., & Gani, A. (2021). Melatih Bercakap-Cakap Pada Orang

Dengan Gangguan Jiwa Untuk Mengontrol Halusinasi. *Jurnal Salingka Abdimas*, 1(2), 59–64. <https://doi.org/10.31869/jsam.v1i2.3036>

- Larasaty, L., & Hargiana, G. (2019). MANFAAT BERCAKAP-CAKAP DALAM PEER SUPPORT PADA KLIEN DENGAN GANGGUAN SENSORI PERSEPSI: HALUSINASI PENDENGARAN. *Jurnal Kesehatan*, 8(1), 1–8. <https://jurnalkesehatanstikesnw.ac.id/index.php/stikesnw/article/view/35>
- PPNI, T. P. S. D. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia. Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.*
- Rizky, A. Y., Pk, F., Endang, H., Keperawatan, N., & Jiwa, K. (2015). *Buku ajar keperawatan kesehatan jiwa.* <https://repository.unair.ac.id/30605>
- Stuart, G. W. (2016). *Buku Saku Keperawatan Jiwa Buku 1 Edisi Indonesia.*
- Trimelia. (2011). *Asuhan keperawatan klien halusinasi.*
- WHO. (2017). *World Health Organization. Depression and other common mental disorders: Global health estimates. Geneva: World Health Organization.*
- Wicaksono, M., & Pratiwi, S. A. (2017). *Teknik distraksi sebagai strategi menurunkan kekambuhan halusinasi.* <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/52316>
- Yosep Iyus &, & Sutini Titin. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa. Cetakan VII. Bandung: Refika Aditima.*
- Young, C. K. C. (2007). *Spiritualitas, Kesehatan, Dan Penyembuhan.*