

ASUHAN KEPERAWATAN JIWA DENGAN GANGGUAN PERSEPSI SENSORI HALUSINASI PENGLIHATAN DAN PENDENGARAN DENGAN *COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY, PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION* DAN *CHROMOTHERAPY* DI YAYASAN REHABILITASI GRIYA BHAKTI MEDIKA TAHUN 2024

Maryanah^{1*}, Ayu Pratiwi², Mentari³

^{1,2,3}Program Studi Profesi Ners, Universitas Yatsi Madani

✉ Corresponding author : maryanahanah645@gmail.com

ABSTRAK

Prevalensi gangguan jiwa di seluruh dunia menurut WHO tahun 2019, terdapat kurang 264 juta jiwa penderita depresi dan 20 juta jiwa penderita skizofrenia. Orang dengan skizofrenia dapat mendengar suara-suara atau melihat sesuatu yang sebenarnya tidak ada. Tujuan penelitian fokus pada asuhan keperawatan pada Tn.M dengan gangguan persepsi sensorial halusinasi pendengaran dan penglihatan dengan memanfaatkan *Cognitive Behavior Therapy, Progressive Muscle Relaxation* dan *Chromotherapy*. Metode penelitian melakukan implementasi secara terjadwal dan masing-masing terapi dilakukan *pre* dan *post*. Hasil penelitian yaitu penerapan sesi CBT membantu mengidentifikasi dan mengelola pikiran dan perilaku negatif, sehingga mengurangi halusinasi. Penerapan PMR mengurangi stress, kecemasan dan ketegangan otot. *Chromotherapy* menggunakan warna biru dan hijau, membantu menyeimbangkan keadaan emosional dan psikologis pasien, sehingga mengurangi episode halusinasi. Kesimpulannya yaitu *Chromotherapy* diberikan selama 7 hari dan terdapat penurunan tanda gejala dari 9 menjadi 3 tanda gejala yang muncul. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *chromotherapy* efektif menurunkan tanda gejala halusinasi.

Kata kunci : *chromotherapy; cognitive behavior therapy; halusinasi; progressive muscle relaxation*

ABSTRACT

The prevalence of mental disorders worldwide according to WHO in 2019, there are less than 264 million people with depression and 20 million people with schizophrenia. People with schizophrenia can hear voices or see things that are not there. Objective focus on nursing care for Mr. M with sensory perception disorders of auditory and visual hallucinations by utilizing Cognitive Behavior Therapy, Progressive Muscle Relaxation and Chromotherapy. Method carry out scheduled implementation and each therapy is carried out pre and post. Results the implementation of CBT sessions helps identify and manage negative thoughts and behaviors, thereby reducing hallucinations. The application of PMR reduces stress, anxiety and muscle tension. Chromotherapy uses blue and green colors, helping to balance the emotional and psychological state of patients, thereby reducing episodes of hallucinations. Conclusion Chromotherapy was given for 7 days and there was a decrease in symptoms from 9 to 3 symptoms that appeared. So it can be concluded that chromotherapy is effective in reducing signs of hallucinations.

Keywords : *chromotherapy; cognitive behavior therapy; hallucinations; progressive muscle relaxation*

PENDAHULUAN

Menurut UU Kesehatan Jiwa 18 Tahun 2014 kesehatan jiwa adalah kondisi dimana seorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spritual dan sosial sehingga individu tersebut menyadari kemampuan sendiri, dapat mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif dan mampu memberikan kontribusi untuk komunitasnya (Risal et al., 2022).

Prevalensi gangguan jiwa di seluruh dunia menurut data WHO (*World Health Organization*) pada tahun 2019, terdapat kurang 264 juta jiwa penderita depresi, 45 juta jiwa penderita bipolar, 50 juta jiwa penderita demensia, dan 20 juta jiwa penderita skizofrenia. Jika dilihat prevalensi skizofrenia relatif lebih rendah di banding dengan gangguan jiwa yang lainnya berdasarkan *National Institute of Mental Health* (NIMH), skizofrenia merupakan salah satu dari penyebab terbesar kecacatan di seluruh dunia, orang dengan skizofrenia memiliki kecenderungan lebih besar peningkatan resiko bunuh diri (Sakti, 2023).

Adapun di Indonesia sebanyak 9.162.886 kasus atau 3.7% dari populasi. Prevalensi jumlah gangguan jiwa di Indonesia semakin signifikan dilihat dari data Riskesdas tahun 2018. Riskesdas mendata masalah gangguan kesehatan mental emosional (depresi dan kecemasan) sebanyak 9,8%. Hal ini terlihat peningkatan jika dibandingkan data Riskesdas tahun 2013 sebanyak 6% (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Jumlah penderita gangguan jiwa tertinggi di Indonesia terdapat di provinsi DKI Jakarta (24,3%) (Kemenkes Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan, 2023).

Skizofrenia menurut WHO pada tahun 2019 tanda gejala skizofrenia ditandai oleh distorsi dalam berpikir, persepsi, emosi, bahasa, rasa diri, dan perilaku. Pengalaman umum termasuk halusinasi (mendengar suara-suara atau melihat hal yang tidak nyata) dan delusi (keyakinan tetap yang salah) (Paramita dan Setyani Alfinuha, 2021).

Halusinasi adalah salah satu gejala gangguan jiwa dimana klien mengalami perubahan persepsi sensori, seperti merasakan sensasi palsu berupa suara, penglihatan, pengecapan, perabaan atau penglihatan. Klien merasakan stimulus yang sebetulnya tidak ada. Selain itu, perubahan persepsi sensori yaitu halusinasi bisa juga diartikan sebagai persepsi sensori tentang suatu objek, gambaran, dan pikiran yang sering terjadi tanpa adanya rangsangan dari luar meliputi semua sistem penginderaan (pendengaran, penglihatan, penciuman, perabaan, atau pengecapan) (Efendi, 2021).

Sekitar 70% halusinasi yang dialami klien gangguan jiwa adalah halusinasi pendengaran atau suara, 20% halusinasi penglihatan, dan 10% adalah halusinasi penghidu, pengecap, dan perabaan. Pengkajian dapat dilakukan dengan mengobservasi perilaku klien dan menanyakan secara verbal apa yang sedang dialami klien (Sutejo, 2017).

Relaksasi Otot Progresif (ROP) atau *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) adalah metode relaksasi otot dalam yang didasarkan pada prinsip ketegangan otot yaitu respon fisiologis tubuh manusia terhadap pikiran-pikiran yang mengganggu. Salah satu manfaat PMR adalah relaksasi dapat mengurangi ketegangan dan stress psikologis. Hal ini dikarenakan PMR dapat membantu suasana hati menjadi lebih rileks karena adanya produksi serotonin dalam tubuh (Dewi & Hana Nafiah, 2024).

Sementara itu, selain melakukan penerapan *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) dengan gangguan halusinasi pendengaran jika tidak segera ditangani akan memberi dampak yang sangat buruk bagi dirinya sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitarnya. Keadaan seperti ini pasien dapat mengalami resiko bunuh diri dan dapat merusak lingkungan. Untuk mengurangi gejala halusinasi pendengaran dapat dilakukan dengan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT). CBT merupakan sebuah terapi yang digunakan untuk mengubah fungsi berpikir yang menekankan pada peran otak dalam mengamati, bertanya, berbuat dan memutuskan kembali serta merubah status pikiran dan perasaan (Mouliza, 2022). Keefektifan terapi ini telah dibuktikan penelitian Granholm, Holden, Link, dan Mc Quaid (2014), mengungkapkan bahwa dengan CBT pada pasien skizofrenia kronis dapat mengurangi halusinasi. CBT dapat memperkuat keyakinan dan kemampuan pasien dalam mengontrol halusinasi secara konsisten melalui strategi koping yang baik (Mouliza, 2022).

Terapi warna atau *chromotherapy* ini digolongkan sebagai *vibrational healing modality*. Pengobatan vibrational menggunakan energi chi dalam organisme hidup seperti tanaman, gemstones dan kristal, air cahaya matahari, dan suara. Warna merupakan bentuk yang terlihat dari energi elektromagnetik. Spektrum warna utama yang dicerminkan dari pelangi memberikan efek penyembuhan yang unik pada setiap warna yang dihasilkan. Perawat akan

menggunakan warna dan cahaya sebagai alat untuk menyeimbangkan energi dalam tubuh karena dasar pemikiran dari gangguan psikologis adalah terjadinya ketidak seimbangan energi dalam tubuh. Dengan demikian terapi warna dan cahaya digunakan untuk menyalurkan fisik, emosi, spiritual dan mental (Rohani, 2019).

Berdasarkan dari rekam medis di Panti Rehabilitasi Griya Bhakti Medika didapatkan pada bulan Juli 2024 sebanyak 52 pasien, diantaranya 29% dengan halusinasi, 19% dengan risiko perilaku kekerasan, 19% dengan isolasi sosial, 10% harga diri rendah, 10% waham, 10% defisit perawatan diri dan 3% risiko bunuh diri. Halusinasi adalah presentasi paling tinggi yang dialami pasien Panti Rehabilitasi Griya Bhakti Medika. Tujuan penelitian yaitu fokus pada asuhan keperawatan pada Tn.M dengan gangguan persepsi sensori halusinasi pendengaran dan penglihatan dengan memanfaatkan *Cognitive Behavior Therapy*, *Progressive Muscle Relaxation* dan *Chromotherapy*.

METODE

Jenis penelitian ini ialah deskriptif dengan pendekatan *observational* melalui studi kasus dalam mendapatkan mengenai intervensi *Cognitive Behavior Therapy* 2 kali dalam seminggu, *Progressive Muscle Relaxation* 2 kali dalam seminggu dan *Chromotherapy* selama 7 hari di Yayasan Rehabilitasi Griya Bhakti Medika Tahun 2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

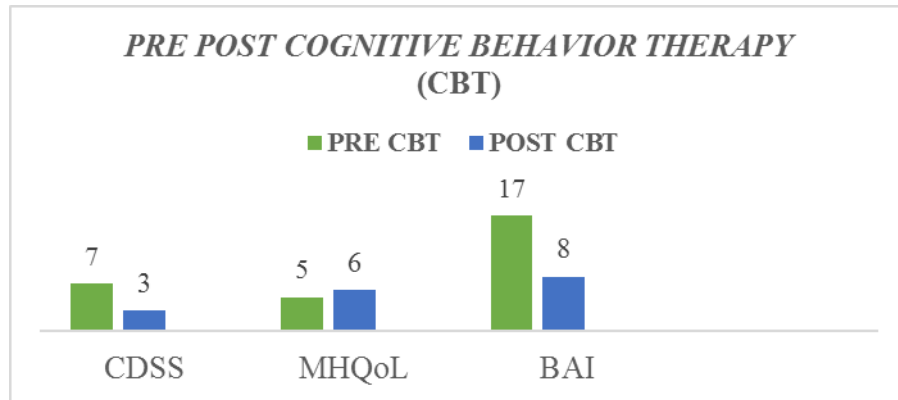
Pengkajian yang sistematis dalam asuhan keperawatan dibagi dalam tiga tahapan yang meliputi : pengumpulan data (wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik). Data yang dikumpulkan dengan wawancara langsung pada pasien dan perawat di Yayasan Rehabilitasi Mental Griya Bhakti Medika. Pengkajian yang sistematis dalam asuhan keperawatan dibagi dalam tiga tahapan yang meliputi pengumpulan data, pengelompokan data, serta analisa data. Pada saat pengkajian, didapatkan hasil kondisi saat ini pasien mengatakan melihat bayangan atau sinar cahaya hampir setiap hari pukul 18.00-19.00 berlangsung selama kurang lebih 15 menit, pasien juga mengatakan diwaktu yang bersamaan pasien mendengar suara-suara gaduh seorang wanita teriak kesakitan meminta pertolongan. Bayangan dan suara muncul ketika pasien sedang istirahat berbaring dikasur, menyendiri dan lampu kamar sudah padam, respon pasien mengikuti isi halusinasi terkadang pasien diamkan saja, menutup mata atau telinga.

Hal ini sejalan dengan (Nikmah & Mariyati, 2023) bahwa tanda dan gejala pada pasien halusinasi antara lain pasien mendengar suara-suara yang tidak ada wujudnya, biasanya pasien mendengar suara orang yang sedang membicarakan apa yang dipikirkannya dan memerintahkan untuk melakukan sesuatu. Adapun gejala-gejala yang dapat diamati pada pasien halusinasi diantaranya bicara atau tertawa sendiri, marah-marah tanpa sebab, menunjuk ke arah tertentu, ketakutan pada sesuatu yang tidak jelas, mencium seperti sedang membau-bauin sesuatu, dan menutup hidung.

Berdasarkan data tersebut dapat ditetapkan bahwa pasien (Tn.M) mengalami Gangguan Persepsi Sensori: Halusinasi (penglihatan dan pendengaran). Intervensi yang diberikan adalah Terapi Genaralis yaitu dengan menghardik, bercakap cakap, aktivitas harian dan minum obat teratur. Intervensi selanjutnya yaitu penerapan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) pada hari Jumat 05 Juli 2024 dan Sabtu 06 Juli 2024, penerapan *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) pada hari Senin 08 Juli 2024 dan Rabu 10 Juli 2024, dan memberikan terapi warna atau *Chromotherapy*.

Sejalan dengan penelitian (Indah Permatasari & Nurapipah, 2023) *chromotherapy* dilakukan selama 7 hari berturut-turut. Terapi warna diberikan hari Jumat 05 Juli 2024 sampai dengan Jumat 12 Juli 2024.

Hasil *Cognitive Behavior Therapy* terhadap Halusinasi



Grafik 1. Hasil Pre & Post Penerapan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT)

CDSS (*Calgary Depression Scale Skizofrenia*) mengukur nilai depresi klien jika nilai lebih dari 6 depresi mayor atau tinggi, jika kurang dari 6 tidak ada depresi didapatkan data sebelum melakukan CBT didapatkan hasil tingkat depresi klien 7 yang artinya pasien termasuk depresi mayor dan setelah dilakukan CBT dengan 5 sesi tingkat depresi klien 3 klien di kategorikan tidak ada depresi karna nilai dibawah 6.

Berdasarkan post CBT pada Sabtu, 06 Juli 2024 menggunakan kuesioner CDSS (*Calgary Depression Scale Skizofrenia*) didapatkan hasil skor pasien yaitu $3 < 6$ yang artinya pasien masuk ke dalam kategori tidak depresi atau pasien sudah tidak mengalami depresi. Pasien mendapatkan nilai 0 kategori (absen) pada item 1 (Depresi) karena pasien mengatakan tidak murung dalam 2 minggu teraikhir. Pada item 2 (Harapan) pasien mendapatkan nilai 0 kategori (absen) karena pasien saat ini memiliki harapan ingin sembuh dan pulang bersama keluarga. Pada item 3 (Depresiasi Diri) pasien mendapatkan nilai 1 kategori (ringan) karena saat ini pasien masih merasa tidak berharga namun berkurang sejak kemarin. Pada item 4 (Ide Refrensi Bersalah) pasien mendapatkan nilai 0 kategori (absen) karena pasien tidak pernah dituduh atau disalahkan oleh orang lain. Pada item 5 (Rasa Bersalah Patologi) pasien mendapatkan nilai 0 kategori (absen) karena berpikir bahwa teman ceweknya sudah memaafkan pasien dan tidak perlu menyalahkan diri. Pada item 6 (Depresiasi Pagi) pasien mendapatkan nilai 0 kategori (absen) karena saat ini pasien merasa tidak tertekan dan percaya bahwa saat ini adalah perjalanan takdirnya. Pada item 7 (Lebih Awal Bangun) pasien mendapatkan nilai 1 kategori (ringan) karena terkadang pasien kebangun jam 2 dan jam 3 pagi, sementara jam normal bangun pasien jam 5 pagi. Namun, hal ini terjadi kadang-kadang dan tidak setiap hari. Pada item 8 (Bunuh Diri) pasien mendapatkan nilai 0 kategori (absen) karena pasien tidak pernah berpikiran untuk bunuh diri. Pada item 9 (Depresi yang Diamati) pasien mendapatkan nilai 1 kategori (ringan) karena pada saat dilakukan wawancara wajah pasien masih tampak sedih Rata-rata nilai yang didapatkan pasien yaitu 3 dengan kategori tidak depresi. Dapat disimpulkan bahwa terapi CBT dengan mengidentifikasi dan mengelola sesi 1 sampai sesi 5 mampu menurunkan depresi pada pasien skizofrenia dengan halusinasi.

Sejalan dengan (Ngura & Nababan, 2023) salah satu terapi yang diberikan dengan maksud agar individu yang mengalami depresi dapat mengubah segala hasil pemikirannya yang tidak rasional atau negatif menjadi rasional, sehingga dapat berpengaruh pada perilaku individu yang adaptif. Hasil studi kasus menunjukkan penurunan skor penilaian depresi lansia sebesar 5 poin. Menggunakan metode *cognitive behavior therapy* sebagai salah satu alternatif peningkatan koping dan pengobatan depresi.

MHQoL yaitu penilaian kualitas hidup untuk seseorang yang mengalami kesehatan mental. Gambaran situasi hari ini psikolog kesejahteraan penilaian dari 0 mewakili itu terburuk yang ada di kesejahteraan nilai 10 mewakili itu terbaik kesejahteraan psikolog sebelum dilakukan tindakan CBT didapatkan hasil 5 yaitu kesejahteraan psikolog sedang setelah dilakukan CBT menjadi masih 6 kesejahteraan psikolog terbaik.

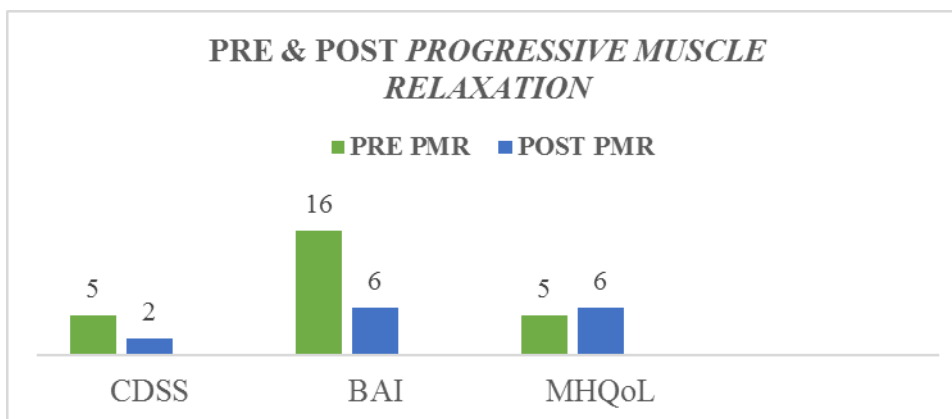
Berdasarkan post CBT menggunakan kuesioner MHQoL yang dilakukan pada Sabtu, 06 Juli 2024 didapatkan hasil pada item 1 (Gambar Diri) pasien mendapatkan nilai 1, pasien mampu menjawab 1 kotak yaitu pasien saat ini berpikir positif terhadap dirinya sendiri. Pada item 2 (Kemerdekaan) pasien mendapatkan nilai 1, pasien mampu menjawab 1 kotak yaitu saat ini pasien puas dengan kemerdekaan hidupnya, karena pasien diberikan pilihan untuk pasien memilih dan membuat keputusan. Pada item 3 (Suasana Hati) pasien mendapatkan nilai 0, karena pasien tidak dapat menjawab. Pada item 4 (Hubungan) pasien mendapatkan nilai 1, pasien mampu menjawab 1 kotak yaitu pasien puas terhadap hubungan sosialnya karena pasien diajarkan berkenalan dan bercakap-cakap dengan orang lain yang berada di sekitarnya. Pada item 5 (Kegiatan Sehari-hari) pasien mendapatkan nilai 1, pasien mampu menjawab 1 kotak yaitu pasien saat ini puas dengan kegiatan sehari-hari karena saat ini kegiatan pasien tidak hanya senam dan merapihkan tempat tidur, namun Terapi Aktivitas Kelompok (TAK), terapi warna, bercakap-cakap dengan teman, dan kegiatan sesi CBT. Pada item 6 (Fisik Kesehatan) pasien mendapatkan nilai 1, pasien mampu menjawab 1 kotak yaitu pasien tidak ada masalah kesehatan fisik. Pada item 7 (Masa Depan) pasien mendapatkan nilai 1, pasien saat ini optimis untuk sembuh dan segera berkumpul bersama keluarga. Rata-rata nilai yang didapatkan yaitu 6 yang artinya memiliki kesejahteraan psikologis baik. Dapat disimpulkan bahwa terapi CBT dengan mengidentifikasi dan mengelola sesi 1 sampai sesi 5 mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis pasien skizofrenia dengan halusinasi.

BAI (*Beck Anxiety Inventory*) dari instrumen yang didapat skor total dihitung dengan mencari jumlah dari 21 pertanyaan atau tanda gejala, diantaranya 1) Mati rasa atau perasaan geli, 2) Merasa panas, 3) Kegoyahan di kaki, 4) Tidak dapat santai, 5) Takut akan hal buruk terjadi, 6) Pusing, 7) Jantung berdebar, 8) Goyah, 9) Ketakutan/takut, 10) Grogi, 11) Merasa diri tersedak, 12) Tangan gemeteran, 13) Goyah, 14) Takut kehilangan kendali, 15) Kesulitan bernafas, 16) Takut dari sekitar, 17) Takut, 18) Gangguan pencernaan, 19) Pingsan, 20) Wajah memerah, 21) Keringat panas/dingin. Sementara penilaian skor 0 yaitu kategori (bukan sama sekali/tidak dirasakan), skor 1 yaitu kategori (agak/sedikit dirasakan namun tidak mengganggu), skor 2 yaitu kategori (dirasakan sedang namun tidak mengganggu diwaktu tertentu) dan skor 3 kategori (sangat sering dirasakan dan sangat mengganggu). Keseluruhan hasil didapatkan 0 sampai 21 yaitu kecemasan rendah, skor 22 sampai 35 kecemasan sedang, skor 36 keatas tingkat kecemasan yang berpotensi mengkhawatirkan.

Sementara itu, berdasarkan post CBT pada hari Sabtu, 06 Juli 2024 didapatkan skor 8 diantaranya saat cemas pasien takut kejadian buruk terjadi, namun tidak mengganggu dan pasien mendapatkan skor 1. Saat cemas pasien masih merasa takut dari sekitar namun tidak mengganggu dan pasien mendapatkan skor 1. Saat cemas pasien masih merasa mulas atau gangguan pada pencernaan, namun hal ini tidak mengganggu dan pasien mendapatkan skor 1. Saat cemas wajah pasien tampak memerah namun hal ini tidak mengganggu dan pasien mendapatkan skor 1. Saat cemas pasien merasa grogi, namun saat ini masuk dalam kategori sedang dan pasien mendapatkan skor 2. Saat cemas kedua tangan pasien gemeteran/tremor, namun saat ini masuk dalam kategori sedang dan pasien mendapatkan skor 2. Dapat disimpulkan bahwa terapi CBT dengan mengidentifikasi dan mengelola sesi 1 sampai sesi 5 mampu menurunkan kecemasan pada pasien skizofrenia dengan halusinasi.

Sejalan dengan (Zuhri, 2023) bahwa *Cognitive Behavior Therapy* efektif dalam menurunkan tingkatan depresi yang dialami subjek. Hal ini ditunjukkan dari skala *Beck Depression Inventory* (BAI) yaitu taraf depresi subjek berada pada taraf depresi ringan dengan skor 12 dan setelah dilakukan serangkaian intervensi menurun berada pada taraf normal dengan skor 8.

Hasil *Progressive Muscle Relaxation* terhadap Halusinasi



Grafik 2. Hasil Pre & Post Penerapan *Progressive Muscle Relaxation* (PMR)

Berdasarkan post PMR pada Rabu, 10 Juli 2024 menggunakan kuesioner CDSS (*Calgary Depression Scale Skizofrenia*) didapatkan hasil skor pasien yaitu $2 < 6$ yang artinya pasien masuk ke dalam kategori tidak depresi atau pasien sudah tidak mengalami depresi. Pasien mendapatkan nilai 0 kategori (absen) pada item 1 (Depresi) karena pasien mengatakan tidak murung dalam 2 minggu terakhir. Pada item 2 (Harapan) pasien mendapatkan nilai 1 kategori (ringan) karena pasien saat ini terkadang tanpa harapan. Pada item 3 (Depresiasi Diri) pasien mendapatkan nilai 1 kategori (ringan) karena saat ini pasien masih merasa tidak berharga namun berkurang sejak kemarin. Pada item 4 (Ide Refrensi Bersalah) pasien mendapatkan nilai 0 kategori (absen) karena pasien tidak pernah dituduh atau disalahkan oleh orang lain. Pada item 5 (Rasa Bersalah Patologi) pasien mendapatkan nilai 0 kategori (absen) karena berpikir bahwa teman ceweknya sudah memaafkan pasien dan tidak perlu menyalahkan diri. Pada item 6 (Depresiasi Pagi) pasien mendapatkan nilai 0 kategori (absen) karena saat ini pasien merasa tidak tertekan dan percaya bahwa saat ini adalah perjalanan takdirnya. Pada item 7 (Lebih Awal Bangun) pasien mendapatkan nilai 0 kategori (absen) karena pasien saat ini jam bangun tidur sudah normal. Pada item 8 (Bunuh Diri) pasien mendapatkan nilai 0 kategori (absen) karena pasien tidak pernah berpikiran untuk bunuh diri. Pada item 9 (Depresi yang Diamati) pasien mendapatkan nilai 0 kategori (absen) karena pada saat dilakukan wawancara saat ini pasien sudah tidak menunjukkan wajah sedih. Rata-rata nilai yang didapatkan pasien yaitu 2 dengan kategori tidak depresi. Dapat disimpulkan bahwa *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) mampu menurunkan depresi pada penderita skizofrenia.

Sejalan dengan (Pradessetia et al., 2021) bahwa terapi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) dapat mengatasi ketegangan otot akibat depresi yang dialami oleh lansia sehingga menyebabkan tubuh menjadi rileks dan pikiran menjadi tenang. Terapi (PMR) dapat menurunkan skor depresi pada lansia. Sebelum diberikan intervensi didapatkan rata-rata skor depresi pada lansia 10,45 menjadi 6,10 setelah diberikan terapi (PMR). Adanya pengaruh Terapi (PMR) untuk mengatasi depresi pada lansia.

Berdasarkan post PMR menggunakan kuesioner MHQoL yang dilakukan pada Rabu, 10 Juli 2024 didapatkan hasil pada item 1 (Gambar Diri) pasien mendapatkan nilai 1, pasien mampu menjawab 1 kotak yaitu pasien saat ini berpikir positif terhadap dirinya sendiri. Pada item 2 (Kemerdekaan) pasien mendapatkan nilai 1, pasien mampu menjawab 1 kotak yaitu saat ini pasien puas dengan kemerdekaan hidupnya, karena pasien diberikan pilihan untuk pasien memilih dan membuat keputusan. Pada item 3 (Suasana Hati) pasien mendapatkan nilai 0, karena pasien tidak dapat menjawab. Pada item 4 (Hubungan) pasien mendapatkan nilai 1, pasien mampu menjawab 1 kotak yaitu pasien puas terhadap hubungan sosialnya karena pasien diajarkan berkenalan dan bercakap-cakap dengan orang lain yang berada di sekitarnya. Pada item 5 (Kegiatan Sehari-hari) pasien mendapatkan nilai 1, pasien mampu menjawab 1 kotak yaitu pasien saat ini puas dengan kegiatan sehari-hari karena saat ini kegiatan pasien tidak hanya senam dan merapihkan tempat tidur, namun Terapi Aktivitas

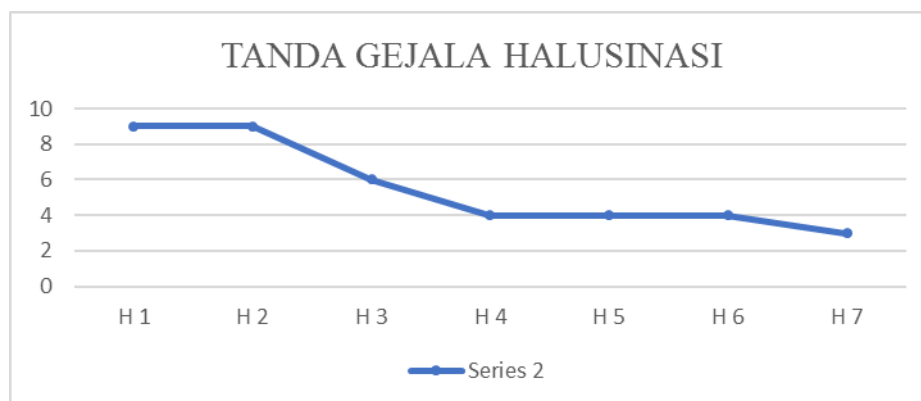
Kelompok (TAK), terapi warna, bercakap-cakap dengan teman, dan kegiatan PMR atau teknik relaksasi otot progresif bersama 19 pasien lainnya. Pada item 6 (Fisik Kesehatan) pasien mendapatkan nilai 1, pasien mampu menjawab 1 kotak yaitu pasien tidak ada masalah kesehatan fisik. Pada item 7 (Masa Depan) pasien mendapatkan nilai 1, pasien saat ini optimis untuk sembuh dan segera berkumpul bersama keluarga. Rata-rata nilai yang didapatkan yaitu 6 yang artinya memiliki kesejahteraan psikologis baik. Dapat disimpulkan bahwa terapi PMR mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis pasien halusinasi.

Sementara itu, berdasarkan post PMR pada hari Rabu, 10 Juli 2024 didapatkan skor 6 diantaranya saat cemas pasien takut kejadian buruk terjadi, namun tidak mengganggu dan pasien mendapatkan skor 1. Saat cemas pasien merasakan grogi, namun saat ini grogi menjadi tidak mengganggu dan pasien mendapatkan skor 1. Saat cemas pasien takut dari sekitar namun saat ini tidak mengganggu karena saat cemas pasien masih mampu berada dalam keramaian dan pasien mendapatkan skor 1. Saat cemas kedua tangan pasien gemetar/tremor, pasien mendapat skor 3 karena hal ini masih dirasakan dan sangat mengganggu pasien. Rata-rata skor yang didapatkan pada saat post PMR yaitu 6 yang artinya pasien cemas dengan kategori rendah. Dapat disimpulkan bahwa terapi PMR mampu menurunkan tingkat kecemasan pasien halusinasi.

Sejalan dengan (Pratiwi et al., 2023) bahwa dari grafik diatas maka dapat diambil kesimpulan bahwa terapi latihan otot progresif dapat berpengaruh untuk mengurangi frekuensi halusinasi Tn. W yang sebelumnya frekuensi halusinasi lebih dari 15 kali dalam sehari menjadi 10 kali dalam sehari, tetapi fase halusinasinya masih tetap difase yang sama controlling yaitu pasien masih mengikuti halusinasinya.

Hasil *Chromotherapy* terhadap Halusinasi

Setelah dilakukan implementasi terapi warna dibawah ini terdapat grafik penurunan tanda gejala halusinasi setelah diberikan terapi warna. Dari 25 tanda gejala saat ini pasien hanya memiliki 3 tanda gejala.



Grafik 3. Hasil Terapi Warna terhadap Penurunan Tanda & Gejala Halusinasi

Dari grafik 3 membuktikan bahwa terjadi penurunan terhadap tanda dan gejala halusinasi setelah diberikan terapi warna. Hasil terapi warna atau *chromotherapy* yang dilakukan pada Tn. M berdampak positif bagi pasien dengan halusinasi pendengaran yang sebelumnya mendapatkan hasil tanda gejala 9 pada saat pre test di tanggal 05 Juli 2024 dari 25 tanda gejala setelah dilakukan selama 7 hari penerapan tanda gejala yang muncul hanya 3 tanda gejala. Penerapan terapi warna menggunakan balon berwarna hijau dan biru selama kurang lebih 30 menit, dilakukan selama 7 hari secara berturut-turut mendapatkan hasil penurunan tanda gejala pada halusinasi.

Sejalan dengan (Gayatri, 2023) bahwa warna masuk melalui mata yang kemudian diteruskan ke hipotalamus. Warna yang diteruskan ke hipotalamus dapat mempengaruhi hipotalamus dalam mengeluarkan berbagai neurohormon sehingga dapat mengurangi stres.

Pemberian warna biru dan warna hijau. Warna hijau yang artinya berhubungan alami dan menunjukkan kemurnian serta harmoni. Sementara itu, warna biru berhubungan dengan nalar, otak dan indra. Dimana pasien mengalami gangguan persepsi sensori pada indera pendengaran dan penglihatan.

Sejalan dengan (Rohani, 2019) bahwa warna hijau sebagai warna alam. Warna hijau menstimulus chakra jantung dan juga digunakan untuk menyembuhkan kondisi seperti demam, flu, maag, meningkatkan visualisasi, memperkuat sistem imun serta membentuk otot, tulang, dan sel. Kemudian, warna biru terkait dengan cakra tenggorokan. Merupan symbol sejuk dan menenangkan.

Sejalan dengan (Gayatri, 2023) bahwa intervensi inovasi yang diberikan kepada pasien mendapatkan hasil yang maksimal yang dibuktikan dengan penurunan skor tanda dan gejala kemampuan pasien mengontrol halusinasi menjadi 3. Maka, dapat disimpulkan bahwa pemberian *Chromotherapy* dapat dijadikan terapi pendukung karena dapat membantu pasien dalam mengontrol halusinasi.

Tabel 1. Hasil Fase Halusinasi

No	Fase Halusinasi	05 Juli 2024	12 Juli 2024
1.	<i>Conforting</i>		
2.	<i>Condeming</i>		
3.	<i>Controlling</i>	√	√
4.	<i>Conquering</i>		

Sebelum dilakukan tindakan keperawatan terapi generalis (Strategi pelaksanaan 1-4) dan pemberian terapi *Cognitive Behavior Therapy*. Fase ini berlangsung pada pertemuan pertama dan kedua. Setelah dilakukan tindakan keperawatan generalis (Startegi Pelaksanaan 1-4 Halusinasi dan Strategi Pelaksanaan 1-3 Isolasi Sosial) dan pemberian terapi *Cognitive Behavior Therapy* (CBT), *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) dan *chromotherapy* selama 7 hari didapatkan hasil bahwa klien ada pada fase *controlling* dimana dalam fase ini klien memiliki tanda tanda halusinasi pendengaran skala ringan yang artinya klien masih memiliki halusinasi terkontrol.

Sehingga menurut penelitian yang saya lakukan selama 7 hari, *chromotherapy* atau terapi warna sangat efisien untuk mengurangi tanda gejala pada pasien halusinasi penglihatan dan pendengaran. Setelah dilakukan terapi warna, saat ini pasien hanya mendengar suara saja dengan durasi yang berkurang dan pasien sudah tidak melihat bayangan cahaya.

KESIMPULAN

Berdasarkan kesimpulan didapatkan hasil pengkajian yang diperoleh Tn.M mendengar suara-suara perempuan teriak kesakitan minta tolong dan melihat bayangabn sinar cahaya. Masing-masing halusinasi dirasakan dengan frekuensi satu kali sehari dengan durasi 15 menit. Pasien tampak melihat ke satu arah saja, pasien tampak tersenyum-senyum sendiri, pasien tampak menutup mata, afek pasien tampak datar dan pasien tampak lebih sering menyendiri. Diagnosis keperawatan yang muncul gangguan persepsi sensori dengan halusinasi pendengaran dan penglihatan. Tindakan keperawatan yang dilakukan penulis selama 10 hari kepada Tn.M yaitu *Cognitive Behavior Therapy* (CBT), *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) dan terapi warna atau *Chromotherapy*. Intervensi *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dan *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) menggunakan instrumen CDSS (*Calgary Depression Scale Skizofrenia*) didapat kesimpulan mampu menurunkan depresi pada pasien halusinasi. Menggunakan instrumen MHQoL mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis pada pasien halusinasi. Kemudian menggunakan instrumen BAI (*Beck Anxiety Inventory*) mampu menurunkan tingkat kecemasan pada pasien halusinasi.

Intervensi inovasi terapi warna atau *Chromotherapy* yang diberikan kepada pasien dengan terapi warna mendapatkan hasil yang maksimal yang dibuktikan dengan penurunan skor tanda dan gejala kemampuan pasien mengontrol halusinasi menjadi 3. Terjadi penurunan tanda gejala halusinasi setelah diberikan terapi warna selama 7 hari.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada pembimbing akademik dan lahan yang telah membantu dan memberikan saran dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan tepat waktu. Terima kasih kepada Tn.M selaku pasien di Yayasan Rehabilitasi Griya Bhakti Medika yang telah bersedia menjadi pasien pada penelitian ini. Terima kasih kepada orang tua, keluarga dan teman-teman yang telah mendukung, mendoakan dan membantu dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, R. K., & Hana Nafiah. (2024). Penerapan Relaksasi Otot Progresif terhadap Stres yang Dialami oleh *Caregiver* yang Merawat Pasien dengan Halusinasi di Desa Rengas Kedungwuni. *Jurnal Kesehatan Unggul Gemilang*, 8(1), 7–15.
- Efendi, H. (2021). ASUHAN Keperawatan Jiwa Pada Tn.H dengan Gangguan Persepsi Sensori: Halusinasi Pendengaran di Ruang 6 Rspal Dr. Ramelan Surabaya. *Block Caving – A Viable Alternative?*, 21(1), 1–9. <https://doi.org/10.1016/j.solener.2019.02.027%0Ahttps://www.golder.com/insights/block-caving-a-viable-alternative/%0A???>
- Gayatri, N. L. L. (2023). Asuhan Keperawatan Gangguan Persepsi Sensori Auditory pada Pasien Skizofrenia dengan *Chromotherapy* di Ruang Abimanyu Rumah Sakit Jiwa Provinsi Bali Tahun 2023. *International Journal Of Technology*, 47(1), 100950. <https://doi.org/10.1016/j.tranpol.2019.01.002%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.cstp.2023.100950%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.geoforum.2021.04.007%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.trd.2021.102816%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.tra.2020.03.015%0Ahttps://doi.org/10.1016/j>
- Indah Permatasari, L., & Nurapipah, M. (2023). Pengaruh Pemberian *Chromotherapy* (Terapi Warna) dan Permainan *Puzzle Jigsaw O’Clock* terhadap Fungsi Kognitif Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 16(3), 1003–1012. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- Kemendes Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. (2023). *Definisi Gangguan Jiwa dan Jenis-jenisnya*. Jl. HR. Rasuna Said Blok X-5 Kav. 4 - 9, Kuningan, RT.1/RW.2, Kuningan, Kuningan Tim., Kota Jakarta Selatan, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 12950. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2224/definisi-gangguan-jiwa-dan-jenis-jenisnya
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Laporan Nasional Riskesdas 2018. *Laporan Nasional Riskesdas 2018*, 44(8), 181–222. <https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj/article/view/276>
- Mouliza, I. (2022). Efektivitas Penerapan *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) pada Pasien Halusinasi Pendengaran di Rumah Sakit Jiwa Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 1(1), 2022.
- Ngura, T., & Nababan, S. (2023). Pengaruh *Cognitive Behavior Therapy* terhadap Mekanisme Koping dan Tingkat Depresi Lansia. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 37–46.
- Nikmah, F. H., & Mariyati. (2023). Penerapan Tindakan Keperawatan Generalis untuk Mengontrol Halusinasi pada Pasien Gangguan Jiwa. *Proceeding Widya Husada Nursing Conference*, 3(1), 1–8. <https://journal.uwhs.ac.id/index.php/whnc/article/view/559/519>
- Paramita dan Setyani Alfinuha, T., Paramita, T., Setyani Alfinuha, dan, & Studi Magister

-
- Profesi Psikologi, P. (2021). Dinamika Pasien dengan Gangguan Skizofrenia. *Jurnal Psikologi*, 17(1), 12–19.
- Pradessetia, R., Sabri, R., & Putri, D. E. (2021). Pengaruh Terapi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) terhadap Depresi pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Sabai Nan Aluih Sicincin. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(3), 1139. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v21i3.1717>
- Pratiwi, A., Widiyanti, T., & Suryati, T. (2023). Penerapan Terapi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) Pada Penurunan Gangguan Persepsi Sensori : *Jurnal Ilmu Kesehatan : Mandira Cendikia*, Volume 2, 273–276.
- Risal, M., Antonia, H. H., Wulida, L., Debby, S., Zulfa, Z., & Fattah, V. F. (2022). Ilmu Keperawatan Jiwa. In Arif Munandar (Ed.), *CV. Media Sains Indonesia*. Penerbit Media Sains Indonesia.
- Rohani, D. C. (2019). *Terapi warna*.
- Sakti, L. B. (2023). Asuhan Keperawatan pada Pasien dengan Halusinasi Pendengaran di Ruangan Belibis Rumah Sakit Jiwa Daerah Atma Husada Mahakam Samarinda. 4(1), 88–100.
- Sutejo. (2017). *Keperawatan Jiwa* (Sutejo (ed.); Cetakan Pe). Pustaka Baru Press.
- Zuhri, I. (2023). *Cognitive Behavior Therapy In Depressed Individuals Cognitive Behavior Therapy* pada Individu yang Mengalami Depresi. *Jurnal Psikologi Volume 12 No. 2 / Juni 2023: 184-191*, 12(2), 184–191.