

# **PENERAPAN TERAPI *THOUGHT STOPPING* DALAM MENGONTROL HALUSINASI PADA PASIEN HALUSINASI DI DESA COT RUMPUN KECAMATAN BLANG BINTANG KABUPATEN ACEH BESAR**

**Afrilia Fazrina**

Akademi Keperawatan Kesdam Iskandar Muda IM Banda Aceh

Email: [afriliafazrina14@gmail.com](mailto:afriliafazrina14@gmail.com)

## **ABSTRAK**

Halusinasi merupakan hilangnya kemampuan manusia dalam membedakan rangsangan pikiran dan rangsangan dunia luar. Terapi *thought stopping* merupakan salah satu intervensi dalam mengontrol halusinasi pada pasien halusinasi. Tujuan penelitian ini yaitu untuk menggambarkan asuhan keperawatan dengan penerapan terapi *thought stopping* dalam mengontrol halusinasi pada pasien halusinasi. Desain penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian ini menggunakan lembar pengkajian, SOP, alat dan bahan seperti alarm, dan alat tulis. Responden pada penelitian ini yaitu dua orang pasien halusinasi dengan kriteria yaitu kooperatif, bersedia menjadi responden, tidak buta, tuli dan bisu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa halusinasi sebelum dilakukan intervensi pada kedua subjek masih sulit dalam mengontrol halusinasi. Halusinasi setelah dilakukan intervensi adanya peningkatan pengontrolan yang terjadi pada kedua subjek dengan mengalihkan pikiran negative menjadi pikiran yang positive. Penelitian ini membuktikan bahwa penerapan terapi *thought stopping* efektif dalam peningkatan pengontrolan halusinasi pada pasien halusinasi. Diharapkan terapi *thought stopping* ini dapat digunakan sebagai salah satu intervensi dalam meningkatkan pengontrolan halusinasi pada pasien halusinasi.

Kata Kunci: Halusinasi, Terapi Thought Stopping

## **ABSTRACT**

*Hallucinations are a loss of the human ability to differentiate between thought stimuli and external world stimuli. Thought stopping therapy is an intervention in controlling hallucinations in hallucinating patients. The aim of this research is to describe nursing care using thought stopping therapy in controlling hallucinations in hallucinating patients. This research design is descriptive with a case study approach. This research uses assessment sheets, SOPs, tools and materials such as alarms, and stationery. The respondents in this study were two hallucinatory patients with the criteria, namely cooperative, willing to be respondents, not blind, deaf and mute. The results of the study showed that before the intervention was carried out in both subjects it was still difficult to control the hallucinations. After the intervention, hallucinations were carried out, there was an increase in control that occurred in both subjects by changing negative thoughts into positive thoughts. This research proves that the application of thought stopping therapy is effective in increasing the control of hallucinations in patients with hallucinations. It is hoped that this thought stopping therapy can be used as an intervention to improve the control of hallucinations in patients with hallucinations.*

*Keywords: Hallucinations, Thought Stopping Therapy*

## PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa merupakan suatu kondisi sejahtera fisik, psikologis serta sosial dan tidak hanya terbebas dari penyakit atau kecacatan serta terbebas dari stressor sehingga dapat mengendalikan stress yang terjadi pada dirinya. Kondisi psikologis yang dipersepsikan sebagai sesuatu yang negative dapat memunculkan kondisi stress (Zaini, 2019). Gangguan jiwa merupakan manifestasi dari bentuk penyimpangan perilaku akibat adanya distorsi emosi sehingga ditemukan ketidakwajaran dalam tingkah laku (Nasir & Muhith, 2011).

Menurut *World Health Organization* (WHO, 2018) melaporkan angka kejadian gangguan mental kronis dan parah yang menyerang lebih dari 21 juta jiwa dan secara umum terdapat lebih dari 23 juta orang gangguan jiwa di seluruh dunia. Lebih dari 50% orang dengan skizofrenia yang tidak di obati tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Berdasarkan data kemenkes (2013) prevalensi gangguan jiwa di Indonesia

sebanyak 1,7 per mil dan mengalami peningkatan pada tahun 2018 menjadi 7 per mil. Prevelensi gangguan jiwa berat seperti skizofrenia mencapai sekitar 400.000 orang atau sebanyak 1,7 per 1.000 penduduk. (Kemenkes, 2018).

Prevalensi gangguan jiwa kronis Aceh lebih tinggi dari rata-rata nasional yaitu, 7 per mil. Jika diurutkan per provinsi, Aceh berada di peringkat empat secara nasional. Bila dibandingkan dengan hasil riset kesehatan dasar tahun 2013, prevalensi gangguan jiwa ini di Aceh dan Indonesia meningkat masing-masing sebesar 6 dan 5,3 poin dari angka 3 per mil dan 1,7 per mil (Dinas Kesehatan Aceh, 2018).

Menurut Kusumawati dan Hartono (2010). Halusinasi merupakan hilangnya kemampuan manusia dalam membedakan rangsanagan internal (pikiran) dan rangsangan eksternal (dunia luar). Klien memberi persepsi atau pendapat tentang lingkungan tanpa ada objek atau rangsangan yang nyata. Dampak yang ditimbulkan oleh klien dengan gangguann

jiwa halusinasi yaitu mengalami panik, dan perilakunya di kendalikan oleh halusinasi, di dalam situasi ini dapat melakukan bunuh diri (*suicide*) membunuh orang lain (*homicide*), bahkan merusak lingkungan. (afifah, 2015).

Penatalaksanaan yang diberikan kepada pasien halusinasi untuk meminimalkan komplikasi atau dampak dari halusinasi sangat beragam. Penatalaksanaan ini biasa berupa terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Terapi farmakologi berupa obat obatan, seperti Asefonazin (Tidal), Klopromazin (Thorazine), Fufenazin (Prolixine,Permiti), Mesoridazin (Serentil), Perfenazin (Trilafon), Prklorperazin ( Compazine), Promazin (Sparine), Tiodazin( mellaril). Dan terapi nonfarmakologi berupa terapi musik, terapi seni, terapi menari, terapi relaksasi dan terapi *thought stopping* .(Eko Prabowo, 2014).

Terapi *Thought Stopping* merupakan serangkaian prosedur atau cara dilakukan untuk meningkatkan kemampuan individu memblokir pikiran-pikiran obsesif dan

fobik atau mengenai pikiran-pikiran yang tidak di inginkan (Yuniarti, 2021). Terapi *Thought Stopping* mampu meningkatkan kemampuan mengontrol halusinasi dan dapat membantu klien mengubah proses berpikir dengan cara, Identifikasi pikiran yang membuat halusinasi. Pada sesi ini klien memulai dengan memonitor pikiran yang mengganggu dan menghalusinasikan klien, kemudian tuliskan pikiran tersebut dan pilih salah satu yang akan diatasi. Buat pernyataan positif dan penuh keyakinan disebelah pikiran yang membuat halusinasi. Ulangi lalu ganti. Instruksikan klien menutup mata dan pikiran tentang pikiran yang membuat halusinasi. Membuat keputusan penting (Yuniarti, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Febrianty & Ramdani, (2015) juga membuktikan bahwa setelah dilakukan terapi selama 12 hari klien halusinasi mengalami peningkatan kemampuan dalam mengontrol halusinasi. Hal ini juga didukung oleh penelitian Agusty (2018), metode penelitian yang dilakukan adalah

penelitian deskriptif dengan rancangan studi kasus. hasil observasi setelah diberikan tindakan *thought stopping* selama 12 hari, menunjukkan hasil penurunan halusinasi sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi *thought stopping* pada pasien skizofrenia.

Berdasarkan pengkajian awal pada tanggal 2 oktober 2022 di Desa Cot Rumpun, Kecamatan Blang Bintang, Kabupaten Aceh Besar di dapatkan ada 5 orang dengan skizofrenia dan yang sesuai kriteria ada dua orang dengan skizofrenia. Dengan dua subjek, Subjek pertama berinisial Ny.S berusia 54 tahun,. Sedangkan subjek kedua berinisial Ny.Y berusia 32 tahun. Berdasarkan fenomena tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan analisis dengan judul “Penerapan Terapi Thought Stopping dalam Mengontrol Halusinasi pada pasien Halusinasi”

## **METODE**

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan

studi kasus. Penelitian deskriptif adalah suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran tentang suatu keadaan secara objektif (Setiadi 2013). Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan peningkatan dalam mengontrol halusinasi setelah dan sesudah diberikan terapi *thought stopping*.

## **HASIL**

Penelitian yang dilakukan pada Ny. S dengan hasil didapatkan bahwa setelah pemberian terapi *thought stopping* dalam mengontrol halusinasi pada subjek 1 di pertemuan pertama sampai pertemuan ke 4 adanya perubahan dalam peningkatan pengontrolan halusinasi dimana di pertemuan pertama subjek 1 masih kebingungan dengan terapi yang diberikan dan sulit untuk berkonsentrasi, di pertemuan kedua subjek sudah mulai mampu dalam mengalihkan pikiran yang membuat halusinasi dengan pikiran pikiran positif, dan di pertemuan ke tiga dan keempat klien sudah mampu mengontrol

halusinasi dengan pengalihan pikiran negatif dengan pikiran positif yang ditandai dengan adanya perubahan waktu terjadinya, yang biasanya terjadi di sore dan malam hari sekarang terjadi di sore hari.

Penelitian yang dilakukan pada Ny. Y dengan hasil didapatkan bahwa setelah diberikan terapi thought stopping pada subjek II dari pertemuan pertama sampai pertemuan ke 4 subjek II belum ada perubahan di pertemuan pertama dan pertemuan ke dua, karena klien sulit dalam melakukan terapi namun di pertemuan 3 klien sudah mulai terjadi perubahan dan di pertemuan ke 4 juga sudah terjadi perubahan di karenakan klien sudah mampu dalam mengalihkan pikiran dengan terapi thought stopping.

## **PEMBAHASAN**

Terapi thought stopping merupakan bagian terapi perilaku yang digunakan untuk mengubah proses pikir. Terapi thought stopping merupakan serangkaian prosedur atau cara dilakukan untuk

meningkatkan kemampuan individu memblokir pikiran-pikiran yang mengganggu atau mengenai pikiran-pikiran yang tidak diinginkan (Yuniarti, dkk, 2021). Menurut asumsi penulis, terapi thought stopping merupakan salah satu terapi yang dapat membantu klien dalam mengontrol halusinasinya dengan cara menggantikan atau mengalihkan pikiran pikiran yang membuat klien mengganggu dan mengancam.

Dari hasil observasi didapatkan ada beberapa faktor yang dapat memicu halusinasi, yaitu putus/ketidakpatuhan minum obat, dukungan sosial.

Menurut asumsi peneliti pada dasarnya meminum obat merupakan proses penyembuhan yang bertahap sehingga harus dilakukan secara teratur untuk mendapatkan hasil penyembuhan yang baik. Kekambuhan yang terjadi dari beberapa pemicu salah satunya disebabkan karena ketidakpatuhan pasien minum obat sehingga pasien putus obat yang mengakibatkan pasien mengalami kekambuhan dan di rawat di rumah sakit

kembali. Hal ini dapat dilihat Menurut Raharjo, (2014) kepatuhan minum obat adalah salah satu penyebab kekambuhan pada pasien gangguan jiwa. Menurut Husar, perilaku ketidakpatuhan adalah menghentikan minum obat, minum obat dengan dosis bukan seperti yang dianjurkan, minum obat tidak tepat waktu.

Selain dari faktor ketidakpatuhan minum obat faktor sosial merupakan faktor pemicu kekambuhan, karena Menurut asumsi peneliti dukungan sosial sangat dibutuhkan dalam memberikan perawatan dan membantu proses penyembuhan pasien gangguan halusinasi pendengaran, karena dukungan sosial dari orang lain menjadi sangat berharga dan akan menambah semangat hidupnya. Dengan dukungan sosial yang adekuat penderita akan memiliki kesempatan untuk berkembang ke arah yang positif, baik terhadap diri maupun lingkungannya. Tingkat kekambuhan yang tinggi, menandakan kurangnya pemahaman lingkungan sekitar tempat tinggal responden bahwa sangat penting memberi

dukungan kepada responden agar mengurangi kekambuhan. Hal ini dapat dilihat Menurut Boydell, (1999) menemukan bahwa lingkungan tempat tinggal klien mempengaruhi tingkat fungsinya, angka reinstitusionalization, dan lamanya ia dapat tinggal di lingkungan masyarakat.

Berdasarkan dari hasil penelitian penerapan terapi thought stopping dalam mengontrol halusinasi pada pasien halusinasi diperoleh hasil adanya peningkatan dalam pengontrolan halusinasi pada Ny. S dan Ny. Y sebelum dan sesudah dilakukan intervensi penerapan terapi thought stopping.

Hasil observasi yang didapatkan setelah penelitian dari pertemuan pertama sampai keempat pada Ny.S. pada pertemuan pertama didapatkan klien mengatakan masih mendengar suara suara atau bisikan bisikan yang mengajaknya bercanda dan juga membuatnya gelisah yang terjadi di malam dan sore hari selama 20-30 menit dan membuat klien sering tertawa sendiri juga terkadang membuat

klien menangis namun belum berhasil dalam mengontrol halusinasi dengan menggunakan terapi *thought stopping*. Dan pada pertemuan keempat didapatkan klien mengatakan masih mendengar suara suara atau bisikan bisikan yang mengajaknya bercanda dan juga membuatnya gelisah namun sekarang hanya terjadi di waktu sore hari selama 8-10 menit dan klien sudah bisa membayangkan pikiran pikiran positif untuk menggantikan pikiran pikiran yang mengganggu dan juga klien mengatakan sering mengalihkan dengan memilih tidur dan bercakap cakap dengan keluarga.

Sedangkan pada Ny. Y didapatkan hasil pada pertemuan pertama Klien mengatakan suara dan bisikan yang mengatakan suaminya akan meninggalkannya dan bisikan bisikan yang mengajaknya bercanda sering terjadi di pagi hari yang terjadi selama 60 menit dan terkadang membuat klien menangis dan juga terkadang membuat klien tertawa. Dan pada pertemuan keempat didapatkan Klien mengatakan suara dan bisikan yang

mengatakan suaminya akan meninggalkannya dan bisikan bisikan yang mengajaknya bercanda sudah jarang terjadi yang terjadi selama 20-30 menit dan membuat klien terkadang menangis dan juga terkadang tertawa, namun klien sudah mulai bisa mengontrol suara suara atau bisikan bisikan itu dengan mengalihkan dengan pikiran pikiran yang positif dan juga memilih berbincang bincang dengan keluarga.

## KESIMPULAN

Terapi *thought stopping* efektif dalam meningkatkan pengontrolan halusinasi pada pasien halusinasi pada Ny.S dan Ny.Y, Ny.S lebih cepat mengalami peningkatan pengontrolan halusinasi dari pada Ny.Y, yang ditandai pada pertemuan kedua Ny. S sudah mengalami perubahan sedangkan Ny.Y terjadi perubahan di pertemuan ketiga. Hal ini, didukung oleh beberapa faktor, yaitu faktor dukungan keluarga, faktor ekonomi, faktor usia, dan faktor teraturnya terapi *thought stopping* diberikan.

## SARAN

Penelitian selanjutnya supaya terus mengembangkan pengetahuan yang telah didapatkan tentang halusinasi serta menginformasikan kepada orang lain tentang penerapan terapi thought stopping dalam peningkatan pengontrolan halusinasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan Aceh. (2018). Pemerintah Aceh Rumah Sakit Jiwa. (Online). <https://rsj.acehprov.go.id/index.php/news/read/2019/10/11/68/mencegah-upaya-bunuh-diri-oleh-humaira.html>. Diakses pada tanggal 28 oktober 2022.
- Febrianty, (2015). Analisis praktik klinik keperawatan jiwa pada pasien halusinasi dengan teknik thought stopping terhadap kemampuan mengontrol halusinasi di ruangelang RSJD Atma Husada Mahakam Samarinda. <https://dscape.umkt.ac.id/bitstream/handle/463.2017/1030/KIAN.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Diakses pada tanggal 02 november 2022.
- Hidayati, W, C. Dkk. (2014). Pengaruh terapi religius zikir terhadap peningkatan kemampuan mengontrol halusinasi pendengaran pada pasien halusinasi di RSJD DR. AMINO GONDOHUTOMO SEMARANG. <http://ejournal.stikestelogorejo.ac.id>. Diakses pada tanggal 02 november 2022.
- Kemenkes.(2020). *Rencana aksi kegiatan tahun 2020-2014*: Direktorat P2 masalah kesehatan jiwadan Napza
- Klinis dan komunitas*. Yogyakarta: Salemba Medika.
- Kurniasari, dkk.(2019). Terapi keperawatan dalam mengatasi masalah interaksi social pada pasien skizofrenia . <http://jpurnal.ppnijateng.org/index.php/jikj/article/download/276/173>. Diakses pada tanggal 02 november 2022.
- Muhith & Nasir, (2011). *Dasar-dasar keperawatan jiwa*. Jakarta: Salemba Medika
- Muhith , (2015). *Pendidikan keperawatan jiwa*. Yogyakarta: Salemba Medika
- Nurlaili, (2020). Gambaran halusinasipasien di instalasi rawat inap rumah sakit jiwa aceh. [http://drive.google.com/file/d/1ZFEtNW\\_KUxxIWgdmnU30KCEHAtdPOAD/view](http://drive.google.com/file/d/1ZFEtNW_KUxxIWgdmnU30KCEHAtdPOAD/view) . Diakses pada tanggal 05 november 2022.
- Prabowo,E. (2017). *Konsep &aplikasi asuhan keperawatan jiwa*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Supriati. (2010). Pengaruh terapi thought stopping Dn progressive muscle relaxation terhadap ansietas pada klien dengan gangguan fisik di RSUD Dr.Soedono madiun .<http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/137158-T%20Lilik%20Supriati.pdf>. Diaksespadatanggal 05 november 2022.
- Sutejo. (2022) *keperawatan jiwa*. Yogyakarta : PT. Pustaka baru.
- Twistiandayani & Amila Widati. (2013). Pengaruhterapi thought stopping terhadap kemampuan mengontrol halusinasi pada pasien skizofrenia. <http://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn120120/article/view/884>. Diakses pada tanggal 05 november 2022.
- Zaini, (2019). *Asuhan keperawatan jiwa masalah psikososial di pelayanan*