

## **BAB 2**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Konsep Gangguan Jiwa**

##### **1. Pengertian Gangguan Jiwa**

Kesehatan adalah suatu kondisi dimana seseorang terbebas dari penyakit maupun kecacatan dalam 4 aspek yaitu fisik, mental, social, dan spiritual (Wuryaningsih et al., 2020). Seseorang tidak dapat dikatakan sehat apabila salah satu dari 4 aspek tersebut mengalami masalah. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2023, kesehatan jiwa adalah suatu kondisi yang meliputi fisik, mental, social, dan spiritual seseorang yang dapat berkembang baik sehingga dapat menyadari kemampuan sendiri, dapat menghadapi tekanan, beraktivitas secara produktif, dan berpartisipasi sesuai dengan komunitasnya. Jadi, kesehatan jiwa merupakan kondisi seseorang yang sejahtera dalam mencapai kebahagiaan, ketenangan, kepuasan, aktualisasi diri, dan mampu berpikir positif terhadap diri sendiri maupun lingkungan di sekitarnya.

Gangguan mental atau gangguan kejiwaan merupakan suatu sekelompok gejala yang muncul dalam psikologi seseorang (Pangestu et al., 2022). Gangguan jiwa merupakan sekumpulan gejala berupa perilaku atau psikologis seseorang yang timbul karena gejala penderitaan (distress) dan mengakibatkan suatu disabilitas terhadap fungsi psikologi seseorang (Amira et al., 2022). Gangguan jiwa juga

bisa diartikan sebagai suatu kondisi terganggunya kognitif, afektif, dan fungsi social sehingga menghambat seseorang dalam melakukan aktivitas sehari-hari (Syahputra et al., 2021).

Orang dengan Masalah Kejiwaan (ODMK) adalah orang yang memiliki resiko masalah kejiwaan karena fisik, mental, social, dan spiritual ada yang terganggu. Masalah kesehatan fisik dapat mengakibatkan seseorang mengalami masalah kejiwaan akibat stress yang dialami. Selain fisik, masalah social juga bisa mengakibatkan Kesehatan jiwa seseorang terganggu, seperti pengangguran, perceraian, perundungan (*bullying*), kehilangan orang yang dicintai, dan sebagainya (Wuryaningsih et al., 2020).

Sedangkan orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) adalah orang yang mengalami gangguan pikiran, perasaan, dan perilaku yang mengakibatkan munculnya beberapa gejala atau perubahan perilaku yang berbeda dan mengganggu fungsi seseorang sebagai manusia (Wuryaningsih et al., 2020).

## **2. Penyebab Gangguan Jiwa**

Gangguan jiwa disebabkan oleh dua factor, yaitu factor predisposisi dan factor presipitasi. Factor predisposisi yang dapat menyebabkan seseorang mengalami gangguan jiwa adalah factor biologis, factor psikologis, dan factor sosiokultural. Gangguan jiwa dapat terjadi karena factor biologis yang meliputi factor genetic, neuroanatomi, neurokimia, dan imunovirologi. Factor psikologis juga

dapat menyebabkan gangguan jiwa seperti tipe kepribadian seseorang tersebut. Tipe kepribadian yang tertutup dapat memicu gangguan jiwa karena cenderung menyimpan masalah yang dihadapi sendirian. Selain factor psikologis, ada factor sosiokultural meliputi keterbatasan ekonomi, pengangguran, dan sebagainya (Mawaddah et al., 2020).

Adapun factor presipitasi yang menyebabkan seseorang mengalami gangguan jiwa juga meliputi biologis, psikologis, dan sosiokultural. Factor presipitasi biologis adalah ancaman terhadap penurunan fungsi fisik seseorang atau ketidakmampuan fisiologis dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Gangguan jiwa juga dapat dipicu oleh factor presipitasi psikologis yang terjadi karena coping individu yang tidak efektif, tidak dapat menghadapi tekanan yang sedang terjadi dan mengakibatkan seseorang berperilaku maladaptive. Dari aspek factor presipitasi sosiokultural yang dapat memicu gangguan jiwa meliputi disfungsi dalam keluarga, konflik dengan orang sekitar, dan komunikasi yang buruk (Mawaddah et al., 2020).

### **3. Jenis Gangguan Jiwa**

Gangguan jiwa memiliki karakteristik yang berbeda-beda karena gangguan tersebut dapat berkembang lebih luas tanda dan gejalanya. Maka, ada beberapa jenis gangguan jiwa adalah sebagai berikut:

#### **a. Gangguan Mental Simtomatik**

Gangguan mental simtomatik adalah gangguan mental yang berkaitan dengan gangguan sistemik atau otak. Gangguan mental

ini terjadi karena adanya gangguan metabolic, vaskuler, atau trauma kepala. Adapun contoh gangguan mental simtomatik yaitu demensia atau gangguan memori yang biasanya terjadi pada lansia (Beo et al., 2022).

b. Gangguan Mental dan Perilaku Akibat Penggunaan Zat Psikoaktif

Gangguan mental ini adalah gangguan yang terjadi akibat penggunaan zat psikoaktif atau NAPZA (Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif lainnya). Pada umumnya, tanda dan gejala pada seseorang yang mengalami gangguan mental ini berupa ketergantungan atau kecanduan, putus zat, bahkan sampai lebih parah (Beo et al., 2022).

c. Gangguan Skizofrenia, Skizotipal, dan Waham

Skizofrenia adalah gangguan jiwa dengan penyebab yang bervariasi dan gejala yang lebih parah. Seseorang dapat dikatakan skizofrenia apabila ada gangguan bermakna dalam proses berpikir, perasaan, dan perilaku selama 1 bulan atau lebih (Beo et al., 2022). Gejala pada skizofrenia ada dua yaitu gejala positif yang meliputi waham dan halusinasi, sedangkan gejala negatif meliputi isolasi social, kurang bicara, afek datar, penarikan diri, motivasi rendah, dan kognitif atau ingatan yang rendah (Fitriana & Budiarto, 2021).

Gangguan skizoptal adalah gangguan yang ditandai dengan kesulitan dalam menjalin hubungan dengan orang lain atau lingkungan di sekitarnya. Sedangkan waham adalah suatu

keyakinan seseorang yang tidak sesuai realita, tetapi tetap dipertahankan dan tidak dapat diubah oleh orang lain (Beo, Zahra, et al., 2022).

d. Gangguan Suasana Perasaan (Mood Afektif)

Gangguan mood afektif dibagi menjadi dua yaitu gangguan suasana perasaan yang meningkat atau mania dan gangguan suasana perasaan yang menurun atau depresi. Mania adalah suatu perasaan yang terlalu bersemangat sehingga sering tidak rasional dan berperilaku tidak bijak, sedangkan depresi adalah suasana hati yang merasa sedih dan tertekan sehingga dapat menghilangkan semangat dalam menjalankan aktivitas sehari-hari (Beo et al., 2022).

e. Gangguan Neurotik

Gangguan ini ditandai dengan manifestasi klinis adanya perasaan cemas yang berlebihan sampai bermanifestasi menjadi perilaku, perasaan, maupun keluhan somatic (Beo et al., 2022).

f. Gangguan Sindrom Perilaku yang Berhubungan dengan Gangguan Fisiologis dan Faktor Fisik

Secara umum, gangguan ini berkaitan dengan perilaku yang tidak lazim mengenai pola makan, pola tidur, interaksi seksual, ataupun penggunaan zat yang tidak membuat ketergantungan (Beo et al., 2022).

g. Gangguan Kepribadian dan Perilaku Masa Dewasa

Gangguan kepribadian adalah kepribadian yang tidak fleksibel dan maladaptif sehingga menyebabkan gangguan bermakna dalam kesehariannya meliputi keluarga, pekerjaan, maupun fungsi social (Beo et al., 2022).

h. Retardasi Mental

Retardasi Mental adalah suatu keadaan jiwa yang berkembang secara baik, ditandai dengan adanya keterlambatan dalam keterampilan selama berkembang, sehingga berpengaruh pada tingkat kecerdasan secara menyeluruh meliputi kognitif, verbal, motoric, dan social (Beo et al., 2022).

i. Gangguan Perkembangan Psikologis

Secara umum, gangguan ini berkaitan dengan fungsi berbahasa, keterampilan visuospatial, dan koordinasi motorik. Fungsi tersebut mengalami kelambatan dan berkurang secara progresif dengan bertambahnya usia walaupun tidak jarang akan menetap sampai usia dewasa (Beo et al., 2022).

j. Gangguan Perilaku dan Emosional

Pada umumnya gangguan ini sering terjadi pada remaja dan ditandai dengan berkurangnya perhatian, meningkatnya aktivitas secara berlebihan yang didapatkan pada lebih dari 1 kondisi di rumah, di sekolah, maupun di lingkungan sekitarnya. Kondisi ini

dapat menyebabkan gangguan terutama dalam proses belajar dan interaksi sosialnya (Beo et al., 2022).

## **B. Konsep Dasar Halusinasi**

### **1. Pengertian**

Halusinasi merupakan gangguan yang paling umum dan paling sering dialami oleh seseorang dengan skizofrenia (Bunga, 2023b). Halusinasi adalah suatu persepsi ketika seseorang tidak mampu membedakan antara persepsi nyata dengan tidak nyata sehingga seseorang akan kehilangan kontrol terhadap dirinya. Seseorang yang mengalami halusinasi akan merasakan stimulus yang sebetulnya tidak ada (Nugroho et al., 2021).

Halusinasi melibatkan salah satu dari panca indra yang dimiliki manusia. Halusinasi biasanya terjadi pada klien dengan skizofrenia (Bunga, 2023a). Halusinasi adalah suatu gejala gangguan jiwa saat seseorang merasakan stimulus seperti merasakan sensasi palsu atau tidak nyata berupa suara, penglihatan berupa suatu objek, pengecapan, perabaan, atau penciuman yang sebenarnya tidak ada atau tidak nyata (Hernandi, 2020).

Halusinasi juga bisa dikatakan sebagai gangguan yang terjadi pada persepsi sensori dari suatu objek tanpa adanya suatu rangsangan yang nyata dari luar. Gangguan persepsi sensori ini meliputi seluruh panca indra seperti merasakan sensasi palsu berupa suara atau pendengaran, penglihatan, pengecapan, penciuman, dan perabaan.

Seseorang dengan halusinasi biasanya merasakan suatu stimulus khusus yang sebenarnya tidak nyata (Hernandi, 2020).

Halusinasi dapat mengakibatkan seseorang mengalami ketidakmampuan untuk berkomunikasi atau mengenali realitas yang menyebabkan seseorang mengalami kesulitan untuk berperan sebagaimana mestinya dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, halusinasi juga berdampak pada pola perilaku menjadi perilaku kekanak-kanakan, perilaku kekerasan pada diri sendiri maupun orang lain, resiko bunuh diri, dan sebagainya (Utami & Puji Rahayu, 2018).

## **2. Etiologi**

Pada umumnya, penyebab halusinasi dapat dilihat dari 3 dimensi yaitu sebagai berikut:

### **1. Dimensi Fisik**

Halusinasi dapat terjadi pada kelima indera, tetapi yang paling sering ditemukan adalah halusinasi pendengaran karena disebabkan oleh kelelahan aktivitas, penggunaan obat-obatan, intoksikasi hingga kesulitan untuk tidur dalam jangka waktu yang cukup lama.

### **2. Dimensi Emosional**

Halusinasi dapat terjadi karena adanya perasaan cemas yang berlebihan dan tidak dapat diatasi. Isi halusinasi yang paling sering ditemukan berupa perintah memaksa dan menakutkan yang tidak dapat dikontrol dan dibantah sehingga menyebabkan seseorang

melakukan perintah dari isi halusinasi tersebut karena merasakan kecemasan apabila tidak dilakukan.

### 3. Dimensi Intelektual

Halusinasi juga disebabkan oleh penurunan fungsi ego. Terjadinya halusinasi diawali dengan usaha ego dalam melawan impuls yang menekan dan mengontrol perilaku ataupun seluruh perhatian seseorang.

### 4. Dimensi Sosial

Hubungan interpersonal yang tidak baik dapat menyebabkan terjadinya halusinasi karena koping yang digunakan untuk menurunkan kecemasan akibat hilangnya control terhadap diri kurang memuaskan sehingga seseorang cenderung menyendiri dan hanya focus terhadap diri sendiri.

### 5. Dimensi Spiritual

Seseorang dengan halusinasi merupakan makhluk social yang mengalami ketidakharmonisan interaksi, sehingga dapat terjadi penurunan kemampuan dalam menghadapi stress dan kecemasan yang dirasakan, penurunan tersebut mengakibatkan kualitas diri seseorang juga menurun sehingga saat halusinasi menguasai dirinya, seseorang tidak dapat mengontrol dengan baik (Hani et al., 2023).

### 3. Manifestasi Klinis

Menurut Azizah (2016), tanda dan gejala seseorang yang mengalami halusinasi adalah sebagai berikut:

- a) Mendengar suara mengajak atau menyuruh melakukan sesuatu.
- b) Mendengar suara yang mengajak bercakap-cakap.
- c) Melihat bayangan, hantu, atau sesuatu yang menakutkan.
- d) Mencium bau darah, feses, masakan dan parfum yang menyenangkan.
- e) Merasakan sesuatu dipermukaan kulit, seperti kepanasan maupun kedinginan.
- f) Merasakan makanan tertentu, rasa tertentu, atau mengunyah sesuatu.
- g) Mengarahkan telinga pada sumber suara yang didengar.
- h) Berbicara atau tertawa sendiri.
- i) Marah-marah dan hilang kendali tanpa sebab.
- j) Tatapan mata pada suatu objek tertentu.
- k) Menunjuk-nunjuk arah tertentu.
- l) Disorientasi.
- m) Tidak mampu berkonsentrasi, alur pikiran kacau.
- n) Cepat berubah pikiran.
- o) Menarik diri dari lingkungan sekitar.
- p) Sering melamun.
- q) Respon tidak sesuai.

#### 4. Klasifikasi

Adapun klasifikasi gangguan jiwa halusinasi adalah sebagai berikut:

##### a) Halusinasi Pendengaran

Halusinasi pendengaran adalah gangguan yang disebabkan oleh stimulus berupa suara yang sebenarnya tidak ada atau tidak nyata. Pada pasien dengan halusinasi pendengaran biasanya tampak berbicara sendiri karena mendengar suara yang palsu, dan terkadang suara tersebut mengajak untuk melakukan sesuatu yang positif maupun negative.

##### b) Halusinasi Penglihatan

Halusinasi penglihatan adalah gangguan yang disebabkan oleh stimulus berupa visual atau suatu objek yang bisa dilihat. Stimulus visual tersebut berupa gambar atau bayangan, pancaran cahaya yang rumit dan kompleks.

##### c) Halusinasi Penciuman

Halusinasi penciuman adalah gangguan yang disebabkan oleh stimulus yang bisa dicium seperti bau urine, feses, darah, parfum, atau bau lainnya. Gangguan ini biasanya terjadi pada seseorang dengan post stroke, kejang, atau demensia.

d) Halusinasi Perabaan

Halusinasi perabaan adalah gangguan yang disebabkan oleh stimulus indra peraba seperti tangan terasa nyeri, kesetrum, kulit terbakar, kulit kepanasan padahal tidak terkena apapun.

e) Halusinasi Pengecapan

Pada seseorang dengan gangguan halusinasi pengecapan biasanya merasa mengecap rasa seperti feses, darah, atau rasa yang lainnya.

f) Halusinasi Kinestetika

Halusinasi kinestetika adalah suatu gangguan jiwa dimana seseorang akan merasa ada yang bergerak dalam tubuhnya padahal tidak ada (Santri, 2021).

## 5. Fase Halusinasi

Halusinasi yang dialami seseorang berbeda tergantung intensitas dan keparahannya. Semakin parah tingkat halusinasinya, maka semakin parah tanda dan gejalanya. Adapun beberapa fase halusinasi yaitu:

a. Fase I: Comforting

Pada fase ini merupakan halusinasi dengan gejala ansietas tingkat sedang dan masih bersifat menyenangkan. Karakteristik pasien pada pasien fase ini biasanya mengalami emosi seperti ansietas, merasa kesepian, merasa takut, rasa bersalah, mencoba untuk berfokus pada penenangan pikiran untuk mengurangi ansietas.

Pada fase ini, pasien mengetahui bahwa pikiran dan pengalaman sensori yang dialaminya tersebut dapat dikendalikan jika apabila ansietas yang dialaminya bisa diatasi.

Adapun perilaku yang menunjukkan seseorang mengalami halusinasi pada fase comforting meliputi berbicara atau tertawa sendiri, menyeringai, menggerakkan bibir tanpa suara, respon verbal yang lambat, dan pergerakan mata yang cepat.

b. Fase II: Condemning

Pada fase ini merupakan halusinasi dengan gejala ansietas tingkat berat sehingga halusinasi yang dialami dianggap menjijikkan. Halusinasi pada fase ini dipengaruhi oleh pengalaman sensori yang menjijikkan mengakibatkan seseorang lepas kendali dan mulai menghindari dari sumber yang dipersepsikan, merasa malu, sampai menarik diri dari lingkungan sekitar.

Fase ini ditandai dengan peningkatan system syaraf otonom yang menunjukkan ansietas meliputi peningkatan nadi, pernafasan, dan tekanan darah, kesulitan dalam berkonsentrasi, kehilangan kemampuan membedakan sensorinya antara halusinasi dengan realita, dan menarik diri dari orang lain.

c. Fase III: Controlling

Halusinasi pada fase ini sudah berada di ansietas tingkat berat sampai mengontrol diri seseorang. Pada fase ini, seseorang sudah menerima dan menghentikan perlawanan terhadap

halusinasi yang dialami. Halusinasi pada fase ini menjadi lebih bahaya karena seseorang mulai nyaman, tertarik, dan sulit lepas dari halusinasinya karena akan mengalami kesepian jika stimulus sensorial yang tidak nyata tersebut hilang.

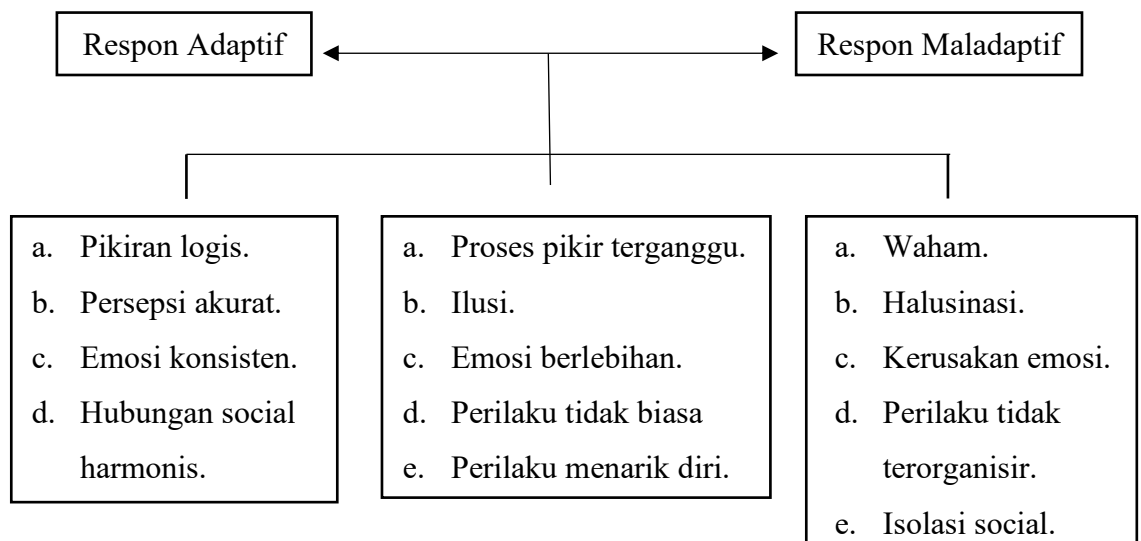
Pada fase ini, cenderung mengikuti petunjuk atau ajakan dari halusinasinya, menjadi kesulitan dalam menjalin hubungan dengan orang lain, rentang perhatian pada lingkungan sekitar menjadi beberapa detik atau menit.

d. Fase IV: Conquering

Pada fase ini, ansietas yang dirasakan sudah berubah menjadi panik dan halusinasi yang dialami menjadi lebih rumit. Seseorang dengan halusinasi pada fase ini menjadi sering ketakutan dan merasakan ancaman apabila tidak mengikuti perintah atau ajakan dari halusinasinya.

Gejala yang sering ditunjukkan meliputi perilaku menyerang atau panic attack, berpotensi tinggi melakukan bunuh diri atau membunuh orang lain, sering mengamuk, perilaku kekerasan, marah, menarik diri, dan tidak mampu merespon dengan baik (Santri, 2021).

## 6. Rentang Respon Halusinasi



*Gambar 1. Rentang Respon Halusinasi*

### 1) Respon Adaptif

Respon adaptif adalah respon yang masih dapat diterima oleh norma-norma yang berlaku di suatu kebudayaan. Respon adaptif juga bisa diartikan sebagai respon ketika seseorang menghadapi dan memecahkan suatu masalah dalam batas normal.

Respon adaptif meliputi:

- Pikiran logis adalah suatu pikiran atau pandangan yang mengarah pada sesuatu yang nyata.
- Persepsi akurat adalah pandangan yang tepat pada sesuatu yang nyata.
- Emosi konsisten dengan pengalaman yaitu perasaan yang timbul dari pengalaman yang pernah dialami.
- Perilaku sosial adalah sikap dan tingkah laku yang masih dalam batas normal.

- Hubungan sosial adalah proses suatu interaksi dengan orang lain dan lingkungan yang terjalin dengan baik.

## 2) Respon Psikososial

Respon psikososial adalah suatu respon yang terletak di antara respon adaptif dengan respon maladaptif yang meliputi:

- Proses pikir terganggu adalah proses pikir yang mengalami gangguan.
- Ilusi adalah interpretasi atau penilaian yang salah tentang suatu objek nyata karena rangsangan panca indra yang kurang tepat.
- Emosi berlebihan atau berkurang.
- Perilaku tidak biasa adalah sikap dan tingkah laku yang melebihi batas normal.
- Menarik diri adalah perilaku menghindar dari orang lain dan lingkungan di sekitarnya.

## 3) Respon Maladaptif

Respon maladaptif adalah suatu respon seseorang yang menyimpang dari norma-normal social budaya dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah. Adapun respon maladaptif meliputi:

- Waham atau gangguan proses pikir adalah suatu keyakinan yang dipertahankan dan bertentangan dengan kenyataan social walaupun tidak diyakini oleh orang lain.
- Halusinasi merupakan persepsi sensori yang salah atau persepsi pada suatu hal yang tidak nyata.

- Kerusakan proses emosi adalah perasaan yang terganggu.
- Perilaku tidak terorganisir adalah perilaku yang tidak teratur.
- Isolasi sosial adalah kondisi kesendirian yang dialami oleh seseorang karena terlalu menarik diri dari orang lain dan lingkungan (Santri, 2021).

## 7. Penatalaksanaan Halusinasi

Pada umumnya, terapi yang biasa diberikan dalam mengatasi halusinasi

berupa terapi psikofarmaka, Electroconvulsive Therapy (ECT) dan terapi aktivitas kelompok (TAK) (Hidayah, 2015).

### a. Terapi Psikofarmaka

Terapi psikofarmaka merupakan terapi yang diberikan kepada pasien dengan gangguan jiwa termasuk halusinasi dalam bentuk obat-obatan yang harus diminum secara teratur untuk mengontrol tanda dan gejala halusinasinya. Adapun contoh obat-obatan tersebut adalah sebagai berikut:

- 1) Risperidone adalah jenis obat antipsikotik yang dapat membantu mengatur keseimbangan neurotransmitter, menstabilkan suasana hati, meningkatkan pikiran yang jernih melalui interaksi antara hormone dopamine dan serotonin sehingga dapat mengurangi gejala halusinasi.
- 2) Trihexylphenidil (THF) adalah jenis obat antimuskarinik yang diberikan kepada pasien gangguan jiwa sebagai penawar

dari efek samping obat psikotik. THF dapat mengatasi gejala Parkinson seperti gerak tubuh tidak terkendali, tremor, dan kekuatan otot yang berlebihan.

- 3) Diazepam adalah jenis obat benzodiazepine yang dapat mengatasi gangguan kecemasan, kekuatan otot, dan mengatasi kejang.
- 4) Haloperidol adalah adalah jenis obat psikotik tipikal generasi pertama yang digunakan untuk mengurangi gejala skizofrenia paranoid seperti gangguan persepsi sensori halusinasi (Yundia Putri et al., 2024).

b. Electroconvulsive Therapy (ECT)

Electroconvulsive Therapy adalah salah satu intervensi yang bermanfaat dalam mengatasi skizofrenia yang ekstrem terutama pada pasien yang resisten terhadap obat-obatan psikofarmaka. ECT berguna sebagai alternatif yang potensial untuk memperbaiki kualitas hidup pasien agar Kembali normal dan tidak semakin parah. Meskipun efektif, penggunaan ECT tetap memiliki efek samping dalam jangka Panjang. Namun, kemajuan dan keberhasilan dalam pelaksanaan ECT, termasuk penggunaan anestesi dan pelepas otot membuat prosedur ini menjadi lebih aman dan lebih sehingga dapat menjadi alat yang bermanfaat dalam pengelolaan skizofrenia yang resisten terhadap obat-obatan psikotik (Budhi Muljanto et al., 2024).

c. Terapi Aktivitas Kelompok (TAK)

Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) merupakan terapi yang dilakukan oleh perawat kepada pasien dengan gangguan jiwa. Terapi aktivitas kelompok adalah terapi yang menggunakan aktivitas sebagai suatu stimulus yang berkaitan dengan pengalaman kehidupan seseorang dan dilakukan secara berdiskusi suatu kelompok (Nafisa et al., 2023).

### **C. Konsep Dasar Terapi Aktivitas Kelompok**

#### **1. Pengertian**

Terapi aktivitas kelompok (TAK) merupakan suatu upaya perawat atau fasilitas kesehatan berupa terapi modalitas untuk diberikan kepada pasien dengan gangguan jiwa (Nafisa et al., 2023). Terapi aktivitas kelompok sering digunakan dalam praktik kesehatan jiwa, dan sampai saat ini menjadi terapi yang dilakukan perawat untuk mengatasi pasien dengan gangguan kejiwaan.

Terapi aktivitas kelompok adalah terapi yang menggunakan aktivitas sebagai suatu stimulus yang berkaitan dengan pengalaman kehidupan seseorang dan dilakukan secara berdiskusi suatu kelompok. Kemampuan pasien dengan gangguan jiwa atau skizofrenia khususnya halusinasi dapat dikontrol dengan kegiatan terapi aktivitas kelompok (Maulana et al., 2021).

## **2. Tujuan**

Pada umumnya, terapi aktivitas kelompok merupakan terapi psikologis yang dilakukan secara berkelompok dan bertujuan untuk memberikan stimulasi bagi seseorang dengan gangguan kejiwaan. Adapun tujuan TAK (Terapi Aktivitas Kelompok) adalah untuk meningkatkan kemampuan dalam menguji suatu kenyataan, meningkatkan fungsi psikologis, meningkatkan motivasi, dan membentuk sosialisasi. Tujuan lainnya yaitu untuk melatih mengenali identitas diri melalui penyampaian emosi (S. Hidayati et al., 2021).

Menurut Ah. Yusuf (2015), tujuan khusus dilakukan Terapi Aktivitas Kelompok adalah sebagai berikut:

- a. Terapeutik, Meningkatkan kemampuan pasien, membangkitkan motivasi untuk kemajuan fungsi kognitif dan afektif memfasilitasi proses interaksi, serta mengetahui dan menerapkan cara baru dalam mengatasi masalah dan melakukan sosialisasi.
- b. Rehabilitative, Meningkatkan kemampuan mengekspresikan diri, meningkatkan kemampuan sosial, kemampuan berempati dan simpati, serta melakukan tanggungjawabnya dalam hubungan interpersonal.

## **3. Jenis Terapi Aktivitas Kelompok**

Secara umum, Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) memiliki 4 macam yaitu sebagai berikut:

a. Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Persepsi

TAK Stimulasi Persepsi adalah terapi berupa aktivitas mempersepsikan sesuatu yang berkaitan dengan pengalaman dan dilakukan secara berkelompok. Terapi aktivitas kelompok ini bertujuan untuk menstimulasi persepsi dalam proses berpikir agar mengurangi perilaku adaptif, meningkatkan kemampuan orientasi realita, meningkatkan kemampuan memusatkan perhatian, meningkatkan kemampuan intelektual, dan meningkatkan dalam mengungkapkan perasaan (Ellina, 2022). TAK stimulasi persepsi pada pasien halusinasi ada 5 sesi yaitu mengenal, menghardik, mencegah dengan melakukan aktivitas fisik, mencegah dengan bercakap-cakap, dan rutin minum obat.

b. Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Sensori

TAK Stimulasi Sensori adalah terapi berupa melakukan aktivitas dalam upaya menstimulasi pancaindra yang adekuat (Lili Antika et al., 2019). TAK stimulasi sensori dilakukan dalam berbagai sesi yaitu:

Sesi 1: Mendengarkan music.

Sesi 2: Menggambar.

Sesi 3: Menonton TV atau video.

c. Terapi Aktivitas Kelompok Orientasi Realita

TAK Orientasi Realita adalah erapi merupakan terapi aktivitas kelompok yang bertujuan untuk meningkatkan keyakinan

kemampuan untuk terus melihat realita bagi seseorang. TAK orientasi realita dilakukan dalam 3 sesi yaitu sesi 1 pengenalan orang, sesi 2 pengenalan tempat, dan sesi 3 pengenalan waktu (Kadang et al., 2023).

d. Terapi Aktivitas Kelompok Sosialisasi

TAK Sosialisasi adalah terapi berupa melakukan aktivitas sosialisasi yang dilakukan secara berkelompok. TAK ini sering dilakukan pada pasien dengan gangguan interaksi social. TAK sosialisasi memiliki 3 sesi yaitu sesi 1 pasien mampu memperkenalkan diri yang meliputi nama lengkap, nama panggilan, daerah asal dan hobi. Sesi 2 pasien mampu berkenalan dengan anggota kelompok yang lain. Kemudian sesi 3 pasien mampu bercakap-cakap dengan anggota kelompok tentang topik yang disenangi (Suwarni & Rahayu, 2020).

#### **D. Konsep Dasar Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Sensori**

##### **1. Pengertian**

TAK Stimulasi Sensori merupakan TAK yang digunakan perawat dalam mengatasi perilaku pada penderita gangguan jiwa. TAK stimulasi sensori adalah terapi berupa aktivitas dalam upaya menstimulasi pancaindra yang adekuat (Lili Antika et al., 2019). TAK stimulasi sensori juga dapat dikatakan sebagai aktivitas memberikan stimulasi pada sensori pasien. Kemampuan pasien diobservasi dari reaksi sensori pasien berupa ekspresi, perasaan atau emosi melalui

ekspresi muka, gerakan tubuh, dan ucapan (Ah. Yusuf, 2015). Pada pasien yang tidak mau berkomunikasi secara verbal, sensoris emosi dan perasaannya akan terangsang melalui aktivitas tertentu. Aktivitas pada TAK stimulasi sensori memiliki 3 sesi yang biasanya setiap sesinya akan dilakukan terapi 2 kali (Kariana & Prihatiningsih, 2022).

Adapun 3 sesi dalam TAK stimulasi sensori yaitu sebagai berikut:

- Sesi 1: Mendengarkan Musik
- Sesi 2: Menggambar
- Sesi 3: Menonton TV atau video

## **2. Aktivitas**

Dalam melakukan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Stimulasi Sensori, ada tiga sesi yang perlu diperhatikan yaitu:

### **a) Sesi 1: Mendengarkan Musik**

Pada sesi ini, aktivitas yang digunakan sebagai stimulus adalah music. Jika hobi pasien bernyanyi dan bermain music, dapat digunakan sebagai stimulus dalam membantu merangsang sensori pasien. Adapun tujuan khusus pada sesi ini yaitu sebagai berikut:

1. Pasien mampu mengenali music yang didengar.
2. Pasien mampu memberikan respons terhadap music yang didengar.
3. Pasien mampu mengungkapkan perasaan setelah mendengarkan music.

Adapun standar operasional prosedur dari terapi aktivitas kelompok stimulasi sensori sesi I adalah sebagai berikut:

1. Setting

- a. Terapi dan klien duduk membentuk lingkaran.
- b. Tempat yang digunakan harus yang nyaman.

2. Alat

Alat yang diperlukan meliputi tape recorder atau CD, dan kaset atau CD lagu.

3. Metode

- a. Diskusi
- b. Sharing persepsi

4. Langkah kegiatan

1. Persiapan

- a. Membuat kontrak dengan klien sesuai dengan indikasi.
- b. Menyiapkan alat dan tempat.

2. Orientasi

- a. Salam Terapeutik: Terapis memberi salam kepada klien.
- b. Evaluasi atau validasi: menanyakan perasaan klien.

c. Kontrak

- 1) Terapis menjelaskan tujuan kegiatan yaitu mendengarkan music.
- 2) Terapis menjelaskan aturan main yaitu apabila klien ingin keluar dari kelompok, harus meminta izin

kepada terapis. Kegiatan berlangsung selama 45 menit.

3. Tahap kerja

- a. Klien diminta oleh terapis untuk memperkenalkan diri.
- b. Terapis meminta semua klien bertepuk tangan saat seorang klien memperkenalkan diri.
- c. Papan nama digunakan oleh terapis dan klien.
- d. Terapis meminta klien untuk bertepuk tangan atau berjoget menyesuaikan irama lagu saat diputar. Ketika lagu selesai, klien diminta berbicara tentang perasaannya setelah mendengarkan music.
- e. Selama 15 menit terapis memutar lagu, terapis harus melihat bagaiman klien menanggapi music.
- f. Klien diminta untuk menceritakan perasaannya secara berurutan.
- g. Setelah menceritakan perasaannya, klien diminta bertepuk tangan.

4. Tahap terminasi

- a. Evaluasi
  - a) Setelah TAK, terapis menanyakan perasaan klien.
  - b) Terapis mengucapkan pujian atas aktivitas yang sudah dilakukan.
- b. Tindak lanjut

Terapis memberitahu klien untuk mendengarkan music yang disukainya, dan makna dari music tersebut.

c. Kontrak yang akan datang

- 1) Menerima sesi TAK selanjutnya.
- 2) Menyepakai tempat dan waktu.

b) Sesi 2: Menggambar

Pada sesi ini, pasien diberikan stimulus berupa alat tulis untuk menggambar sesuatu sesuai imajinasinya (Sunarjaya, 2024).

Adapun tujuan khusus sesi ini yaitu sebagai berikut:

1. Pasien mampu memberikan makna pada gambar yang dilihat.
2. Pasien mampu memberikan respon pada gambar yang dilihat.
3. Pasien mampu mengungkapkan perasaan melalui menggambar.

Adapun standar operasional prosedur dari terapi aktivitas kelompok stimulasi sensori sesi II adalah sebagai berikut:

a. Setting

- 1) Terapi dan klien duduk membentuk lingkaran.
- 2) Tempat yang digunakan harus yang nyaman.

b. Alat

Alat yang diperlukan meliputi kertas HVS, dan krayon.

c. Metode

- a. Diskusi
- b. Sharing persepsi

d. Langkah kegiatan

a. Persiapan

- 1) Membuat kontrak dengan klien sesuai dengan indikasi.
- 2) Menyiapkan alat dan tempat.

b. Orientasi

Salam Terapeutik: Terapis memberi salam kepada klien.

Evaluasi atau validasi: menanyakan perasaan klien.

Kontrak:

- 1) Terapis menjelaskan tujuan kegiatan yaitu menggambar.
- 2) Terapis menjelaskan aturan main yaitu apabila klien ingin keluar dari kelompok, harus meminta izin kepada terapis. Kegiatan berlangsung selama 45 menit.

c. Tahap kerja

- 1) Terapis menjelaskan tujuan kegiatan yang dilakukan yaitu menggambar.
- 2) Setiap klien diberikan kertas HVS dan krayon.
- 3) Terapis meminta klien untuk menggambar.
- 4) Setiap klien selesai menggambar, terapis meminta mereka agar menyampaikan makna gambar yang telah dibuat ke klien lain.
- 5) Terapis meminta klien lain untuk bertepuk tangan setiap klien selesai menyampaikan makna yang digambar.

d. Tahap terminasi

- 1) Evaluasi

- a) Setelah TAK, terapis menanyakan perasaan klien.
- b) Terapis mengucapkan pujian atas aktivitas yang sudah dilakukan.

## 2) Tindak lanjut

Terapis memberitahu klien untuk mengungkapkan perasaannya menggunakan gambar.

## 3) Kontrak yang akan datang

- a) Menerima sesi TAK selanjutnya.
- b) Menyepakai tempat dan waktu.

## c) Sesi 3: Menonton TV atau video

Pada sesi ini, stimulus yang digunakan untuk merangsang sensori pasien adalah video atau televisi (Sunarjaya, 2024). Pasien akan ditayangkan berupa video kemudian diobservasi reaksi sensorinya. Adapun tujuan khusus sesi ini adalah sebagai berikut:

1. Pasien mampu mengenali atau memberikan makna pada video yang ditonton.
2. Pasien mampu memberikan respon pada video yang ditonton.
3. Pasien mampu mengungkapkan perasaan setelah menonton video.

Adapun standar operasional prosedur dari terapi aktivitas kelompok stimulasi sensori sesi III adalah sebagai berikut:

1. Setting
  - a. Terapi dan klien duduk membentuk lingkaran.

b. Tempat yang digunakan harus yang nyaman.

2. Alat

Alat yang diperlukan meliputi video dan TV.

3. Metode

a. Diskusi

b. Sharing persepsi

4. Langkah Kegiatan

a. Persiapan

1) Membuat kontrak dengan klien sesuai dengan indikasi.

2) Menyiapkan alat dan tempat.

b. Orientasi

Salam Terapeutik: Terapis memberi salam kepada klien.

Evaluasi atau validasi: menanyakan perasaan klien.

Kontrak:

1) Terapis menjelaskan tujuan kegiatan yaitu menonton video atau TV.

2) Terapis menjelaskan aturan main yaitu apabila klien ingin keluar dari kelompok, harus meminta izin kepada terapis. Kegiatan berlangsung selama 45 menit.

c. Tahap kerja

1) Terapis menjelaskan aktivitas yang akan dilakukan, seperti menonton TV atau video dan mengungkapkan maknanya.

- 2) Terapis memutar TV atau video yang sudah disiapkan dan terapis mengamatinya.
- 3) Setelah setiap klien menonton TV, terapis meminta mereka untuk menceritakan apa yang mereka lihat dan bagaimana hal itu berdampak pada hidup mereka
- 4) Setiap klien selesai mengungkapkan perasaannya, terapis meminta klien lain bertepuk tangan.

d. Tahap terminasi

- 1) Evaluasi
  - a) Setelah TAK, terapis menanyakan perasaan klien.
  - b) Terapis mengucapkan pujian atas aktivitas yang sudah dilakukan.
- 2) Tindak lanjut

Terapis memberitahu klien untuk menonton TV atau video yang disukainya.
- 3) Kontrak yang akan datang
  - a. Menyetujui terapi aktivitas kelompok yang akan datang sesuai indikasinya.
  - b. Menyepakai tempat dan waktu (Pramudya & I Putu Bagus Angga, 2024).

### 3. Indikasi

Terapi Aktivitas Kelompok sering digunakan dalam praktik kesehatan jiwa karena merupakan keterampilan terapeutik dalam

komunikasi keperawatan. Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Sensori memiliki 3 sesi dengan berbagai aktivitas untuk dilakukan. Aktivitas stimulasi sensoris tersebut dapat berupa stimulus terhadap penglihatan, pendengaran, yang disediakan seperti music, gambar, video, dan tarian. TAK Stimulasi Sensori diberikan pada pasien dengan indikasi halusinasi, isolasi social, harga diri rendah yang disertai kurang komunikasi verbal (Lili Antika et al., 2019).

## **E. Konsep Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Sensori Mendengarkan Musik**

### **1. Pengertian**

Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Sensori mendengarkan music adalah suatu aktivitas yang dilakukan bersama untuk memberikan stimulasi pada panca indra pasien dengan menggunakan media music. Apabila dilihat dari fungsinya, music merupakan suatu rentetan melodi yang berfungsi sebagai hiburan, ungkapan rasa, media untuk mengekspresikan diri, dan pelestarian budaya. Music menjadi pengiring seseorang dalam melakukan aktivitasnya karena music berperan menjadi salah satu media mengungkapkan perasaan emosi dan seseorang (Julianus, 2020).

### **2. Tujuan**

Tujuan utama dari kegiatan mendengarkan music yaitu meningkatkan fungsi motoric, keterampilan social, emosi, ekspresi

diri, dan pertumbuhan pribadi seseorang. Adapun tujuan khusus mendengarkan music adalah sebagai berikut:

- a. Meningkatkan kemampuan komunikasi menggunakan suara dan gerak tubuh vocal.
- b. Meningkatkan keterampilan social dalam melakukan kontak mata, memulai interaksi, dan rasa percaya diri.
- c. Membantu meningkatkan keterampilan sensorik melalui sentuhan, dan mendengarkan suara melalui music.
- d. Meningkatkan keterampilan fisik seperti mengontrol amarah atau Gerakan motoric halus dan kasar.
- e. Meningkatkan keterampilan kognitif yaitu konsentrasi.
- f. Meningkatkan keterampilan emosional seperti mengungkapkan perasaan (Mikael et al., 2022).

### **3. Manfaat**

Dalam kehidupan sehari-hari, music memiliki beberapa manfaat yang positif karena music media suara yang mempengaruhi suasana hati, perilaku, dan sikap seseorang (Julianus, 2020). Di dunia kesehatan, music sangat berguna untuk proses pemulihan, penyembuhan, dan peringanan dalam kesehatan mental-psikologis. Beberapa manfaat aktivitas mendengarkan music untuk kesehatan antara lain:

a. Mengurangi tekanan darah

Seseorang yang mendengarkan music yang lembut, dapat mengontrol tekanan darahnya agar tidak tinggi.

b. Meningkatkan konsentrasi

Para peneliti mengungkapkan bahwa setiap jenis musik dapat meningkatkan emosi positif yang bisa menstimulasi otak untuk meningkatkan konsentrasi seseorang.

c. Menghilangkan emosi negative

Menurut Mikael et al (2022), music dapat digunakan oleh seseorang untuk menstabilkan emosi, dimana music digunakan sebagai pencetus perasaan, dan mengatasi emosi negative yang dialaminya dengan cara tidak destruktif. Melalui music, seseorang dapat mendalami perasaan atau emosi negatif kemudian membuangnya. Selain itu, lirik lagu positif yang didengarkan oleh seseorang yang mengalami gangguan kesehatan mental biasanya berpengaruh apabila seseorang tersebut mendalaminya.

#### **4. Jenis-Jenis Musik**

Ada beberapa jenis music yang baik didengarkan untuk kesehatan mental seseorang, meliputi:

a. Music klasik

Musik klasik adalah musik yang mampu memperbaiki konsentrasi, daya ingat, dan perasaan positif, sehingga seseorang dapat berelaksasi dan mudah tidur. Music klasik diyakini dapat

digunakan sebagai media relaksasi, menghilangkan stress, dan mengurangi kecemasan (Napitupulu et al., 2019).

b. Music tradisional

Musik tradisional adalah musik yang digunakan sebagai perwujudan suatu budaya yang sesuai dengan adat dan istiadat atau tradisi di wilayah tertentu. Musik tradisional juga dapat diartikan sebagai musik yang berakar pada tradisi masyarakat tertentu dan merupakan upaya pewarisan secara turun temurun dari masyarakat sebelumnya ke masyarakat yang selanjutnya. Music tradisional juga berfungsi sebagai media relaksasi karena nada dan ritme nya yang lembut (Dedy, 2018).

c. Music dangdut

Music dangdut adalah music yang digunakan sebagai hiburan. Music dangdut terkenal dengan nada dan iramanya yang menggemberikan sehingga membuat seseorang merasakan euphoria kebahagiaan dan lebih rileks dalam menjalani aktivitasnya. Di dalam musik dangdut terdapat sebuah power yang mampu menstabilkan performa gelombang otak pada seseorang. Power tersebut mempengaruhi respon emosi baik negative maupun positif (E. N. Hidayati, 2023).

d. Music pop yang menggembirakan

Music pop merupakan music yang juga digunakan sebagai alat untuk mengurangi stress, meningkatkan kesejahteraan

emosiaonal, membantu memulihkan kondisi kesehatan mental yang terganggu seperti kecemasan atau depresi (Fitri, 2024). Tetapi music pop yang karakteristiknya keras atau agresif juga dapat meningkatkan stress pada seseorang. Jadi, dalam pemilihan music untuk memulihkan kondisi mental seseorang, harus disesuaikan.