

**PENGEMBANGAN TEKNIK SENAM REFLKESI KREATIF  
SEBAGAI INTERVENSI TERAPEUTIK DALAM  
MENGENDALIKAN HALUSINASI PADA KLIEN  
GANGGUAN JIWA**

**TUGAS AKHIR**

EVA APRILIA HENORANDA  
NIM. P17230213078



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG  
JURUSAN KEPERAWATAN  
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN BLITAR  
2024**

**PENGEMBANGAN TEKNIK SENAM REFLKESI KREATIF  
SEBAGAI INTERVENSI TERAPEUTIK DALAM  
MENGENDALIKAN HALUSINASI PADA KLIEN  
GANGGUAN JIWA**

Tugas Akhir ini disusun sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan program pendidikan Diploma III di Program Studi Diploma III Keperawatan Blitar Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

EVA APRILIA HENORANDA  
NIM. P17230213078



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG  
JURUSAN KEPERAWATAN  
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN BLITAR**

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Eva Aprilia Henoranda

NIM : P17230213078

Institusi : Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang Program  
Studi D-III Keperawatan Blitar

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan saya.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Tugas Akhir ini hasil pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mengetahui,  
Pembimbing



**Mujito, A. Per. Pen. M. Kes**  
NIP. 19640707 198603 1 003

Blitar, 6 Mei 2024  
Yang Membuat Pernyataan  
Mahasiswa

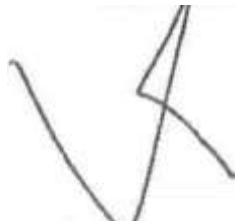


**Eva Aprilia Henoranda**  
NIM. P17230213078

## LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir dengan judul “Pengembangan Teknik Senam Refleksi Kreatif Sebagai Intervensi Terapeutik Dalam Mengendalikan Halusinasi Pada Klien Gangguan Jiwa” oleh Eva Aprilia Henoranda, Nim. P17230213078 telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Blitar, 6 Mei 2024  
Pembimbing Utama



**Mujito, A.Per.Pen. M.Kes**  
NIP. 19640707 198603 1 003

## LEMBAR PENGESAHAN

Tugas Akhir dengan judul “Pengembangan Teknik Senam Refleksi Kreatif Sebagai Intervensi Terapeutik Dalam Mengendalikan Halusinasi Pada Klien Gangguan Jiwa” oleh Eva Aprilia Henoranda, Nim. P17230213078 telah diujikan.

Dewan Penguji,

Ketua Penguji

  
Agus Khoirul Anam, S. ST., M.Kep

NIP. 19750926 200112 1 001

Penguji Anggota

  
Mujito, A.Per.Pen. M.Kes

NIP. 19640707 198603 1 003

Mengetahui,

Ketua Jurusan Keperawatan

Politeknik Kesehatan Kementerian Malang



Dr. Erlina Suci Astuti, S.Kep., Ns, M.Kep

NIP. 19760810 200201 2 001

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya. Penulis dapat menyusun Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Pengembangan Teknik Senam Refleksi Kreatif Sebagai Intervensi Tarapeutik Dalam Mengendalikan Hlusinasi Pada Klien Gangguan Jiwa” dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi D-III Keperawatan Blitar Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.

Penulis menyadari bahwa selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini banyak mendapat bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Moh. Wildan, A.Per.Pen. M.Pd., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang.
2. Dr. Erlina Suci Astuti, S Kep., Ns., M.Kep., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang.
3. Wiwin Martiningsih, M.Kep., Ph.D.Ns, selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Blitar Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang.
4. Mujito, A.Per.Pen. M.Kes.,selaku Dosen Pembimbing Karya Tulis Ilmiah yang telah memberikan pengarahan dan bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ns. Agus Khoirul Anam, S.ST., M.Kep., selaku Dosen Penguji yang berkenan memberikan saran dan dukungan kepada penulis dalam memperbaiki penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Seluruh dosen dan staf pegawai Program Studi D-III Keperawatan Blitar yang telah memberikan ilmu dan bantuannya.
7. Kedua orang tua saya dan keluarga yang selalu memberikan semangat dan dukungannya kepada saya dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari dalam penyusunan dan penulisan Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari sempurna. Oleh sebab itu, kritik dan saran pembaca sangat penulis harapkan demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini, semoga Karya Tulis Ilmiah ini bermanfaat bagi semua pihak.

Blitar, 6 Mei 2024

Penulis



**Eva Aprilia Henoranda**

NIM.P17230213078

## ABSTRAK

Henoranda, Eva Aprilia (2024). *Pengembangan Teknik Senam Refleksi Kreatif Sebagai Intervensi Terapeutik Dalam Mengendalikan Halusinasi Pada Klien Gangguan Jiwa..* Karya Tulis Ilmiah, Program Studi D-III Keperawatan Blitar, Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Pembimbing: Mujito, A.Per.Pen., M.Kes.

Halusinasi adalah kondisi di mana seseorang tidak bisa membedakan antara kenyataan dan imajinasi. Faktor-faktor yang menyebabkan halusinasi meliputi faktor biologis, pola asuh, lingkungan, aspek sosial budaya, kondisi ekonomi, dan tingkat stres. Salah satu alternatif terapi non-farmakologi adalah teknik senam refleksi kreatif yang bertujuan untuk mengalihkan perhatian dari halusinasi pada klien dengan gangguan jiwa. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan gerakan teknik senam refleksi kreatif sebagai intervensi terapeutik dalam mengontrol halusinasi pada klien dengan gangguan jiwa. Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian dan Pengembangan dengan menggunakan model pengembangan ADDIE hingga mencapai tahap implementasi untuk menciptakan produk akhir. Penelitian dilakukan di Rumah Sakit Dr. Radjiman Wediodiningrat, melibatkan 5 responden dalam uji coba pertama dan 10 responden dalam uji coba kedua. Data dikumpulkan melalui wawancara dan observasi dengan checklist untuk menilai kelayakan teknik senam refleksi kreatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa produk akhir memenuhi kriteria kelayakan, diverifikasi oleh ahli dengan total skor 65. Skor uji coba pertama adalah 295, dan uji coba kedua adalah 577. Produk akhir ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya dalam pengembangan teknik senam refleksi kreatif untuk mengelola halusinasi dengan lebih inovatif.

**Kata Kunci:** Halusinasi, Pengembangan, Senam, Teknik Senam Refleksi Kreatif.

## ABSTRACT

Henoranda, Eva Aprilia (2024). Development of Creative Reflexology Exercise Techniques as a Therapeutic Intervention in Controlling Hallucinations in Clients with Mental Disorders.. Scientific Writing, Blitar Nursing D-III Study Program, Department of Nursing, Health Polytechnic, Ministry of Health, Malang. Supervisor: Mujito, A.Per.Pen., M.Kes.

*Hallucination is a state where individuals cannot differentiate between reality and imagination. Factors contributing to hallucination include biological, upbringing, environmental, socio-cultural, economic, and stress levels. A non-pharmacological therapeutic alternative is the creative reflective gymnastics technique, aimed at distracting hallucinations in clients with mental disorders. This study aims to develop creative reflective gymnastics techniques as therapeutic interventions in controlling hallucinations in clients with mental disorders. The research method employed is Research and Development using the ADDIE development model until reaching the implementation stage to create the final product. Conducted at Dr. Radjiman Wediodiningrat Hospital, the research involved 5 respondents in the first trial and 10 respondents in the second trial. Data were collected through interviews and observations with a checklist to assess the feasibility of the creative reflective Gymnastics technique. Research findings indicate that the product meets feasibility criteria, validated by experts with a total score of 65. The first trial scored 295, and the second trial scored 577. This final product is expected to serve as a foundation for further research in developing the creative reflective gymnastics technique to more innovatively manage hallucinations.*

*Keywords: Hallucination, Development, Gymnastics, Creative Reflective Gymnastics Technique*

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR KEASLIAN TULISAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAC .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	3
1.3.1 Tujuan Umum .....	3
1.3.2 Tujuan Khusus .....	3
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	4
1.4.2 Manfaat Praktis .....	4
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>5</b>
2.1 Konsep Dasar Halusinasi .....	5
2.1.1 Pengertian Halusinasi .....	5
2.1.2 Rentang Respon Halusinasi .....	6
2.1.3 Etiologi Halusinasi.....	6
2.1.4 Klasifikasi Halusinasi .....	9
2.1.5 Manifestasi Klinis Halusinasi .....	10
2.2 Konsep Senam Refleksi Kreatif.....	12
2.2.1 Definisi Senam.....	12

2.2.2	Prinsip Dasar Senam Refleksi.....	12
2.2.3	Prosedur Senam Refleksi Kreatif.....	14
<b>BAB 3</b>	<b>METODE PENELITIAN.....</b>	<b>18</b>
3.1	Desain Penelitian .....	18
3.2	Tempat dan Waktu Penelitian .....	18
3.3	Subjek dan Objek Penelitian .....	18
3.4	Prosedur Penelitian .....	18
3.5	Alur Penelitian .....	20
3.6	Variabel Penelitian.....	21
3.7	Definisi Operasional .....	22
3.8	Pengumpulan Data .....	25
3.8.1	Jenis Data .....	25
3.8.2	Instrumen Pengumpulan Data.....	25
3.8.3	Prosedur Pengumpulan Data.....	25
3.9	Teknik Analisis Data.....	26
3.9.1	Analisis Data Pengembangan Produk.....	26
3.9.2	Analisis Data Kelayakan Produk .....	26
3.10	Etika Penelitian .....	27
<b>BAB 4</b>	<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>29</b>
4.1	Hasil Penelitian .....	29
4.1.1	Deskripsi Tempat Penelitian .....	29
4.1.2	Deskripsi Subyek Penelitian .....	29
4.1.3	Analisis kebutuhan gerak tubuh berupa teknik senam refleksi .....	31
4.1.4	Proses perancangan teknik senam refleksi kreatif .....	32
4.1.5	Proses pengembangan teknik senam refleksi kreatif .....	34
4.1.6	Hasil Implementasi tekniks senam refleksi kreatif .....	38
4.2	Pembahasan .....	42
4.2.1	Kebutuhan gerak tubuh berupa teknik senam refleksi kreatif .....	42
4.2.2	Proses perancangan teknik senam refleksi kreatif .....	43
4.2.3	Proses pengembangan teknik senam refleksi kreatif .....	46
4.2.4	Hasil implementasi teknik senam refleksi kreatif .....	47
<b>BAB 5</b>	<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>49</b>

5.1 Kesimpulan .....	49
5.1.1 Tahap Analisis .....	49
5.1.2 Tahap Desain .....	49
5.1.3 Tahap Pengembangan .....	49
5.1.4 Tahap Implementasi .....	50
5.2 Saran .....	50
5.2.1 Bagi Tenaga Kesehatan .....	50
5.2.2 Bagi Pasien .....	50
5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya .....	51
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>52</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>55</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Manifestasi Klinis Halusinasi .....	10
Tabel 3.1 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	22
Tabel 3.2 Skor Penilaian .....	27
Tabel 4.1 Distribusi respon menurut golongan usia .....	30
Tabel 4.2 Distribusi responden menurut jenis kelamin .....	30
Tabel 4.3 Distribusi respon menurut pendidikan .....	30
Tabel 4.4. Rekapitulasi validasi ahli .....	37
Tabel 4.5 Rekapitulasi hasil uji kelayakan uji coba 1 .....	39
Tabel 4.6 Rekapitulasi hasil uji kelayakan uji coba 2 .....	41

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Rentang Respon Halusinasi .....	6
Gambar 3.1 Alur Penelitian .....	20

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Informed Consent .....	55
Lampiran 2 Lembar Panduan Wawancara.....	56
Lampiran 3 Lembar Instrumen Validasi Perancangan Senam.....	58
Lampiran 4 Lembar Instrumen Validasi Ahli .....	60
Lampiran 5 Instrumen Validasi Uji Kelayakan Senam .....	62
Lampiran 6 Standar Operasional Prosedur .....	64
Lampiran 7 Surat Permohonan Izin Penelitian .....	68
Lampiran 8 Surat Keterangan Layak Etik .....	69
Lampiran 9 Surat Keterangan Selesai Penelitian .....	70
Lampiran 10 Rekapitulasi Hasil Uji Coba 1 .....	71
Lampiran 11 Rekapitulasi Hasil Uji Coba 2 .....	72
Lampiran 12 Hasil Pengolahan Data Uji Kelayakan .....	73
Lampiran 13 Dokumentasi .....	74
Lampiran 14 Lembar Konsul .....	75
Lampiran 15 Daftar Riwayat Hidup .....	79