



## Studi Kasus

# Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Sensori Menggambar Terhadap perubahan Tingkat Halusinasi Pada Pasien Halusinasi

Afifah Luthfi Hidayati<sup>1</sup>, Desi Ariyana Rahayu<sup>1</sup>, Eni Hidayati<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia

### Informasi Artikel

#### Riwayat Artikel:

- Submit 5 Agustus 2025
- Diterima 16 Desember 2025
- Diterbitkan 31 Desember 2025

#### Kata kunci:

Halusinasi, Terapi Aktivitas Kelompok Menggambar

### Abstrak

Gangguan jiwa merupakan kondisi yang terjadi pada psikologis seseorang, yang ditandai dengan adanya rasa sakit emosional atau gangguan pada kejiwaan. Gangguan tersebut memengaruhi cara berpikir, perasaan, keinginan, tindakan, dan aktivitas psikomotor, sehingga menyebabkan rasa tidak nyaman, perubahan perilaku, dan penurunan kualitas hidup. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) berupa stimulasi sensoris yaitu menggambar terhadap perubahan tingkat halusinasi pada pasien yang mengalami halusinasi di ruang rawat inap RSJD Amino Gondohutomo Semarang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling. Subjek penelitian ini terdiri dari 3 pasien yang mengalami gangguan halusinasi. Implementasi keperawatan dilakukan dengan frekuensi 3 kali dalam satu sesi, masing-masing durasi 10 menit. Intervensi terapi yang diberikan adalah aktivitas kelompok dalam bentuk menggambar. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dan observasi.

## PENDAHULUAN

Gangguan jiwa merupakan salah satu masalah yang terjadi pada kesehatan mental seseorang, yang ditunjukkan dengan adanya rasa sakit emosional atau gangguan pada kejiwaan. Hal ini mencakup perubahan cara berpikir, perasaan, keinginan, tindakan fisik, serta menyebabkan rasa sakit, perubahan perilaku, dan akhirnya menurunkan kualitas hidup seseorang (Latifah et al., 2025). Gangguan mental atau kejiwaan bisa dialami oleh siapa saja (Hidayat et al., 2024). Gangguan jiwa merupakan salah satu masalah yang terjadi pada kesehatan

mental seseorang, yang ditunjukkan dengan adanya rasa sakit emosional atau gangguan pada kejiwaan. Hal ini mencakup perubahan cara berpikir, perasaan, keinginan, tindakan fisik, serta menyebabkan rasa sakit, perubahan perilaku, dan akhirnya menurunkan kualitas hidup seseorang (Mardiana et al., 2024).

Skizofrenia merupakan gangguan kejiwaan yang paling kompleks karena adanya sindrom heterogen pikiran yang tidak teratur, delusi, halusinasi, afek yang tidak sesuai, dan gangguan fungsi psikososial (Suri & Salsabila, 2024). Skizofrenia dapat

Corresponding author:

Desi Ariyana Rahayu

Email: [desi.ariyana@unimus.ac.id](mailto:desi.ariyana@unimus.ac.id)

Ners Muda, Vol 6 No 3, Desember 2025

e-ISSN: 2723-8067

DOI: <https://doi.org/10.26714/nm.v6i3.18740>

mengganggu kemampuan individu dalam kehidupan sehari-hari dan menyebabkan penarikan sosial serta kesulitan dalam mempertahankan hubungan interpersonal (Harahap & Nelvia, 2023). Gejala yang muncul pada skizofrenia meliputi halusinasi, ilusi, delusi yang merupakan keyakinan tidak masuk akal, gangguan dalam proses berpikir, kemampuan berpikir yang terganggu, serta perilaku yang bisa menunjukkan kekerasan. (Yektiningtyas et al., 2023). Penyebab skizofrenia menunjukkan bahwa faktor genetik, lingkungan, biologis, status sosial ekonomi, penggunaan obat dan ketidakseimbangan neurotransmitter di otak berperan dalam perkembangan kondisi ini (Putri & Maharani, 2022).

Halusinasi merupakan gangguan yang membuat persepsi terhadap rangsangan dari dalam atau luar berubah, dan diiringi dengan respons yang kurang, terlalu berlebihan, atau berubah bentuk. (Herlina et al., 2024). Pada individu dengan skizofrenia, halusinasi merupakan salah satu gejala dominan dan umumnya terjadi dan berulang 50% pada tahun pertama, 70% pada tahun kedua, dan 100% pada tahun kelima setelah keluar dari rumah sakit. (Paramita & Alfinuha, 2021). Halusinasi bisa terjadi melalui berbagai indra, dengan halusinasi pendengaran (auditory hallucinations) seperti mendengar suara-suara yang tidak ada, menjadi yang paling sering dilaporkan. Selain itu, halusinasi visual, penciuman, perasa, dan taktil juga dapat dialami (Arisandy et al., 2024).

Menurut WHO pada tahun 2022, jumlah orang yang menderita skizofrenia di seluruh dunia mencapai 24 juta orang. Di Indonesia sendiri, jumlah penderitanya mencapai 1,2 juta orang, dan angka ini cenderung bertambah seiring berjalannya waktu. Diperlukan intervensi yang tepat agar bisa mengurangi risiko dan meningkatkan hasil dalam proses

penyembuhan penderita skizofrenia (Nanda & Widodo, 2024). Provinsi Jawa Tengah, dari 33 provinsi di Indonesia, berada pada peringkat kelima dengan persentase penderita gangguan jiwa sebesar 9%. Dalam laporan daerah Provinsi Jawa Tengah bulan Mei 2020, di 35 daerah terdapat 25% dari empat orang yang mengalami gangguan jiwa ringan. Sementara itu, jumlah penderita gangguan jiwa berat sekitar 12 ribu orang, atau rata-rata 1,7 orang per 1.000 penduduk (Pratiwi et al., 2024).

Data kesehatan Indonesia menunjukkan bahwa Jumlah penderita skizofrenia di Indonesia diperkirakan sekitar 4.539.000 orang, dengan prevalensi 1,7 per 1.000 penduduk. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan bahwa Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) memiliki prevalensi skizofrenia tertinggi di Indonesia, yaitu 9,3% rumah tangga memiliki anggota rumah tangga dengan gejala gangguan jiwa psikosis/skizofrenia. Jumlah penderita skizofrenia di Kota Semarang menunjukkan variasi berdasarkan sumber data dan periode waktu. Data tahun 2022 mencatat 4.218 kasus ODGJ berat (skizofrenia) yang mendapat pelayanan di puskesmas, sedangkan data tahun 2023 menyebutkan 8 orang di Kelurahan Gunungpati dengan ODGJ berat. Data dari RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang menunjukkan 3.342 pasien dengan skizofrenia dirawat dalam periode tertentu. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 mencatat prevalensi gangguan jiwa psikosis/skizofrenia di Jawa Tengah 5,1%.

Dampak halusinasi bagi seseorang yang mengalami halusinasi bisa berbahaya bagi dirinya sendiri dan orang di sekitarnya karena penderita bisa kehilangan pengendalian atas dirinya. Salah satu tindakan yang mungkin dilakukan adalah bunuh diri, atau bahkan membunuh orang lain. Halusinasi juga bisa merusak



lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu, untuk mengurangi dampak negatif halusinasi, diperlukan penanganan yang tepat. ( sujiah et al 2023 ). Untuk menghadapi dampak halusinasi yang tidak diberikan terapi, diperlukan beberapa metode penanganan. Upaya penanganan halusinasi yang tidak diberi terapi dapat berupa pendekatan farmakologis maupun non-farmakologis, seperti terapi perilaku, kognitif, hipnosis, terapi musik, terapi aktivitas kelompok menggambar dan teknik relaksasi. Salah satu metode non-farmakologis untuk mengatasi halusinasi adalah dengan menggunakan pendekatan terapi aktivitas kelompok menggambar.

Salah satu terapi non farmakologi merupakan terapi aktivitas kelompok (TAK). Salah satu bentuk TAK yaitu menggambar yang bertujuan untuk mengidentifikasi dan mengklasifikasi stimulus eksternal yang diberikan melalui gambar dan klien mampu memberikan tanggapan pada pertanyaan yang diajukan. Dari latar belakang untuk memperbaiki dan memberikan stimulus yang nyata kelompok ingin memberikan terapi TAK yaitu menggambar.

Terapi aktivitas kelompok (TAK) merupakan pendekatan terapeutik yang menggunakan interaksi dalam kelompok untuk membantu individu mengatasi masalah emosional dan mental mereka (Arifin et al., 2024). Dalam kasus skizofrenia, TAK bertujuan untuk meningkatkan keterampilan sosial, ekspresi diri, mengurangi isolasi sosial, dan memberikan dukungan emosional melalui interaksi dengan orang lain yang mengalami kondisi serupa (Pratiwi et al., 2024). Permainan “Respon Ekspresi dalam Gambar” dirancang khusus untuk pasien dengan skizofrenia sebagai bagian dari TAK. Permainan ini berfokus pada ekspresi emosi melalui seni visual, yang dapat membantu pasien mengkomunikasikan

perasaan mereka dengan cara yang tidak mengancam dan menyenangkan.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa dari 10 pasien yang diteliti, ada 7 pasien skizofrenia yang mengalami halusinasi. Hal ini menjadi alasan untuk melakukan penelitian lebih lanjut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa efektif terapi aktivitas kelompok berupa permainan respon ekspresi dalam gambar pada pasien skizofrenia di ruang srikandi RSJD Dr. Arif Zainuddin Surakarta. Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai salah satu referensi bagi rumah sakit dalam memberikan dukungan yang lebih baik kepada pasien skizofrenia, terutama dalam mengatasi gangguan halusinasi dan memahami respons emosional pasien. Dengan demikian, rumah sakit dapat meningkatkan penanganan dan menyediakan fasilitas yang lebih memadai (Putri et al 2025).

Studi ini bertujuan Untuk mengetahui dampak terapi aktivitas kelompok dan stimulasi sensori serta menggambar terhadap perubahan tingkat halusinasi pada pasien. Halusiansi. Penelitian ini juga ingin mengeksplorasi apakah terapi sensori menggambar dapat menjadi intervensi yang efektif dalam meningkatkan penurunan tingkat halusinasi. Studi ini mendukung pentingnya eksplorasi lebih lanjut terkait penggunaan terapi sensori menggambar sebagai intervensi untuk meningkatkan aspek memori, yang pada gilirannya dapat berkontribusi terhadap halusinasi.

## METODE

Metode Metode yang digunakan dalam studi kasus ini adalah metode studi kasus deskriptif. Metode ini bertujuan untuk menggambarkan atau mendeskripsikan kondisi objek dengan menerapkan terapi menggambar guna menurunkan halusinasi pada pasien yang mengalami halusinasi. Populasi dalam penerapan ini adalah pasien



dengan gangguan halusinasi di RSJD Amino Gondohutomo Semarang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling. Jumlah subjek dalam studi kasus ini adalah 3 pasien halusinasi. Studi kasus dilakukan di Rsjd Amino Gondohutomo. Subjek studi kasus diberi perlakuan berupa pemberian terapi menggambar dan dengan dosis 3x1 kali tiap penerapan 10 menit. Alat yang digunakan dalam pengumpulan data adalah lembar observasi, lembar informed consent, dan lembar standar operasional prosedur (SOP) untuk melakukan tindakan penerapan terapi menggambar. Analisis data dalam studi kasus ini dilakukan berdasarkan hasil observasi, wawancara, dan kuesioner pada subjek studi kasus. Data yang diperoleh disajikan dalam bentuk asuhan keperawatan.

Cara pengambilan data yaitu peneliti datang ke Rsjd Amino Gondohutomo subyek (pasien) setelah subyek (pasien) setelah selesai makan pagi, sebelumnya subyek mengisi lembar kuesioner Penilaian Kognitif sebelum di berikan terapi. Subyek di jelaskan tujuan dan langkah-langkahnya. Setelah itu peneliti memberikan terapi menggambar, sebelum di berikan kombinasi terapi tersebut, Langkah pertama posisikan subyek dengan posisi yang nyaman, setelah subyek sudah posisi nyaman dan rileks subyek dengan terapi menggambar. Kemudian jika subyek sudah bisa melakukan terapi menggambar durasi 10 menit.

Pada pertemuan tersebut, peneliti juga membuat kesepakatan bersama responden yang tergabung dalam kelompok intervensi untuk mengadakan tiga kali pertemuan dalam satu minggu untuk melakukan intervensi terapi aktivitas kelompok menggambar. Pelaksanaan terapi dimulai pada pertemuan kedua bagi kelompok intervensi sesuai dengan kontrak yang telah disepakati. Terapi dilakukan oleh peneliti dan telah disesuaikan dengan SOP yang berlaku di ruangan tersebut. Kegiatan ini

dilakukan selama tiga pertemuan bersama responden. Pada akhir setiap pertemuan, dilakukan evaluasi terhadap Kegiatan yang dilakukan dan dimasukkan ke dalam jadwal harian responden adalah aktivitas kelompok menggambar. Sementara itu, pada kelompok kontrol, responden tidak diberikan terapi aktivitas kelompok menggambar, namun tetap dilakukan SP halusinasi seperti menghardik, bercakap-cakap, minum obat secara teratur, serta melakukan kegiatan terjadwal.

Pelaksanaan terapi aktivitas kelompok menggambar dilakukan secara berkelompok. Sebelum pertemuan, peneliti terlebih dahulu menyiapkan alat-alat yang diperlukan selama kegiatan berlangsung. Kemudian, kegiatan diawali dengan salam, penjelasan tujuan, dan penjelasan tahapan-tahapan kegiatan sesuai dengan SOP. Setelah kegiatan selesai, peneliti menutup kegiatan, melakukan evaluasi dan validasi, serta menyepakati kontrak untuk pertemuan berikutnya. Pada pertemuan pertama (sesi 1), responden diminta menggambar pohon cemara sesuai instruksi peneliti. Pada pertemuan kedua (sesi 2), responden melakukan aktivitas menggambar pemandangan bebas. Pada pertemuan ketiga (sesi 3), responden diminta menggambar Doremon sesuai instruksi peneliti.

Post test pengukuran kognitif dilakukan setiap pertemuan untuk kelompok yang menerima intervensi. Begitu juga untuk kelompok kontrol, post test dilakukan pada hari yang sama. Penelitian diakhiri setelah peneliti melakukan terminasi akhir terhadap kedua kelompok. Peneliti melaksanakan etika penelitian dengan memberikan informed consent, anonimitas, dan kerahasiaan kepada responden.

Penelitian ini telah dinyatakan etis oleh komisi etik penelitian Universitas Muhammadiyah Semarang.



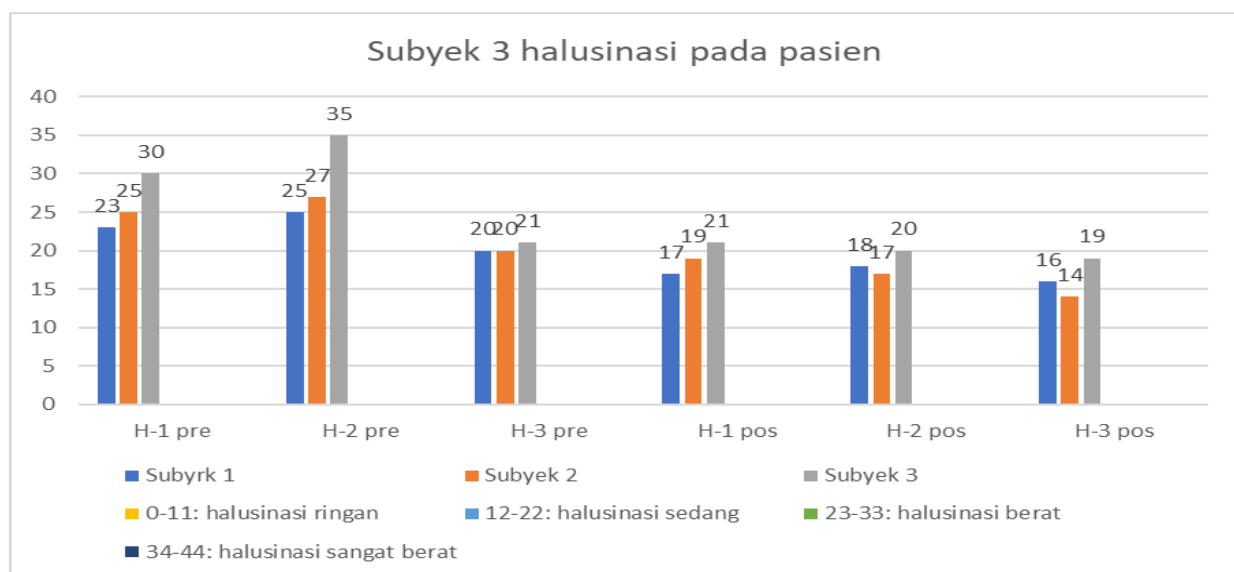
## HASIL

Pengamatan dilakukan sebelum pelaksanaan. Berikut ini adalah hasil analisis data umum terhadap tiga subyek yaitu Tn. N (39 tahun), Tn.S (38 tahun) dan Tn.O (35 tahun) berjenis kelamin Laki - laki. Tn. N sebagai kasus pertama pengkajian awal persepsi dan harapan “klien mengatakan ketakutan, dan mendengar bisikan saat tidur”, Sedangkan Tn. S sebagai kasus kedua “ klien mengatakan gelisan, mondar mandir, dan mendengar bisikan”, dan Tn. O sebagai kasus ketiga “ klien mengatakan mendengar bisikan suara saat mau tidur, dan yang di dengar klien di ajak untuk berjalan”. Ketiga subyek mengalami Halusinasi.

Sebelum dilakukan intervensi skor AHRs subyek 1 yaitu 23 (Halusinasi sedang), sedangkan pada subyek II AHRs yaitu 25 (Halusinasi sedang), dan subyek III AHRs yaitu 30 (Halusinasi berat). Setelah diberikan terapi aktivitas kelompok stimulasi sensori menggambar subyek I yaitu 17 (Halusinasi sedang), subyek II yaitu 19 ( Halusinasi sedang), subyek III yaitu 21 (Halusinasi sedang). Intervensi dilakukan dengan dosis 3x1 kali tiap penerapan 10 -

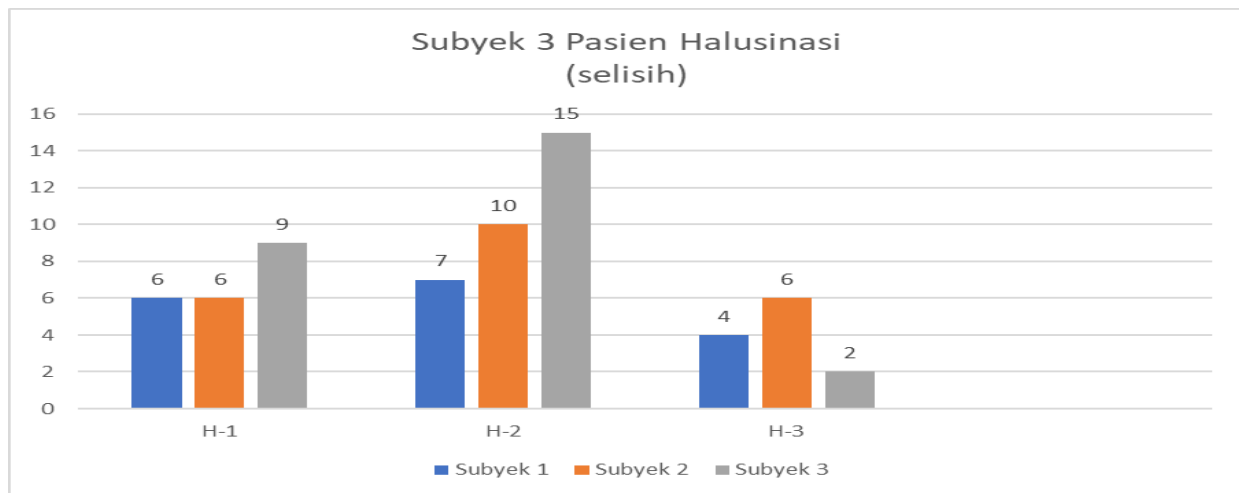
15 menit. Subyek I,II,III menyatakan terapi aktivitas kelompok stimulasi sensori menggambar memberikan ketenangan dengan nilai post intervensi dihari pertama 17,19, dan 21 ( Halusinasi Sedang), di hari kedua nilai post intervensi 18,17, dan 22 (Halusinasi sedang), dan di hari ke tiga nilai post intervensi yaitu 16,14, dan 19 (Halusinasi sedang).

Penurunan tingkat Halusinasi setelah diberikan 3x1 minggu pada 3 subyek di hari pertama, subyek pertama selisih penurunan tingkat Halusinasi 6, subyek kedua selisih penurunan tingkat Halusinasi 6, subyek ke tiga penurunan tingkat Halusinasi 9. Di hari ke 2 penurunan tingkat Halusinasi setelah diberikan 3x1 minggu pada 3 subyek yaitu subyek pertama selisih penurunan tingkat Halusinasi 7, subyek kedua selisih penurunan tingkat Halusinasi 10, subyek ketiga selisih penurunan tingkat Halusinasi 15. Di hari ke 3 penurunan tingkat Halusinasi setelah diberikan 3x1 minggu pada 3 subyek yaitu subyek pertama selisih penurunan tingkat Halusinasi 4, subyek kedua selisih penurunan tingkat Halusinasi 6, subyek ketiga selisih penurunan tingkat Halusinasi 2. Terapi terbukti signifikan bisa menurunkan tingkat Halusinasi pasien.





Grafik 1  
Pre dan Post Terapi Aktivitas kelompok atimulasi sensori menggambar



Grafik 2  
Selisih Tingkat Halusinasi sebelum dan setelah diberikan penerapan Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Sensori Menggambar

## PEMBAHASAN

Dukungan sosial yang baik berdampak positif secara psikologis, meningkatkan motivasi dan ekspresi senang pada pasien skizofrenia, sementara dukungan sosial yang kurang dapat menyebabkan penurunan fungsi sosial (Pratiwi & Ningrum, 2024). Tanda-tanda dan gejala halusinasi bisa berupa berbicara atau tertawa sendiri, marah tanpa alasan, mengarahkan telinga ke suatu arah, menutup telinga, serta mendengar suara yang memintanya berbicara atau memberi perintah. Dalam kelompok, pasien yang mengalami halusinasi dapat belajar strategi untuk mengatasi halusinasi dari anggota lain, yang bisa membantu mengurangi frekuensi dan intensitas halusinasi. Selain itu, kegiatan kelompok dapat meningkatkan keterampilan komunikasi dan membangun rasa percaya diri. Selain itu individu bisa merasa lebih sehat dan bahagia serta mampu hidup dengan baik dan menerima orang lain secara adil serta memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain. (Fathurozaq et al., 2024). Terapi aktivitas kelompok juga menyediakan ruang yang

aman untuk berbagi pengalaman dan mendapatkan umpan balik positif, yang sangat penting untuk pemulihan mental dan emosional mereka (Siallagan et al., 2023).

Intervensi dilakukan dengan dosis 3x1 kali tiap penerapan 10 - 15 menit. Subyek I, Subyek II dan Subyek III di hari pertama dilakukan pendekatan melalui membangun hubungan kepercayaan klien, setelah itu dimulai mengeksplorasi klien agar klien dapat menyampaikan penyebab Halusinasi. Pada Subyek I penyebab Halusinasi adalah merasa ketakutan, mendengar bisikan. Klien juga merasa sulit tidur pada malam hari karena mendengar bisikan dari kejauhan, sehingga untuk mengurangi Halusinasi diberikan teknik menggambar. Pada subyek II juga di lakukan dengan hal yang sama yaitu membina hubungan saling percaya sehingga klien mampu mengungkapkan penyebab Halusinasi adalah mendengar suara/bisikan, gelisah, dan mondar mandir dan juga dilakukan pemberian teknik menggambar. Pada subyek III juga di lakukan dengan hal yang sama yaitu membina hubungan saling percaya sehingga klien mampu



mengungkapkan penyebab Halusinasi adalah mendengar bisikan, mondar mandir dan juga dilakukan pemberian teknik menggambar dan ketiga klien di kenalkan dengan terapi menggambar. Serta dilakukan pengukuran pretes kuesioner tingkat Halusinasi dan skor AHRS Halusinasi). Subyek 1 skor pretes tingkat Halusinasi 23 dengan skor AHRS 23-33 (halusinasi berat), subyek 2 skor pretes tingkat Halusinasi 25 dengan skor AHRS 23-33 (halusinasi berat) dan subyek 3 skor pretes tingkat Halusinasi 30 dengan skor AHRS 23-33 (kecemasan berat).

Sesi ke 2 menanyakan kembali perasaan klien, Halusinasi yang dirasakan pada klien. Kemudian melakukan bagaimana pentingnya mengontrol perasaan halusinasi yang di kombinasi dengan tindakan terapi menggambar, untuk merileksasikan dan memberikan kenyamanan fisik, psikis dan mental pada pasien, bimbing klien agar tetap fokus dalam menggambar. Setelah terlihat ada respons bahwa pasien mampu dan waktu dalam rentang 10 hingga 15 menit. halusinasi berkurang dan rasa takut sedikit berkurang saat terapi menggambar dengan skor AHRS 12-22 (halusinasi berat), subyek 2 diberikan tindakan terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris menggambar yang sama seperti subyek 1 dan mengatakan merasa lebih tenang, bisikan berkurang dan sangat nyaman di bandingkan pada hari pertama skor AHRS 12-22 (halusinasi Sedang), subyek 3 diberikan tindakan aktivitas kelompok stimulasi sensoris menggambar yang sama seperti subyek 1, subyek 2 dan mengatakan merasa lebih tenang, bisikan berkurang dan sangat nyaman di bandingkan pada hari pertama skor AHRS 12-22 (halusinasi Sedang).

Sesi ke tiga, Subyek 1, Subyek 2 dan Subyek 3 membantu klien latihan mengendalikan halusinasi dengan terapi kelompok stimulasi sensoris yang aktif menggambar untuk merileksasikan dan memberikan

kenyamanan fisik, psikis dan mental pada pasien. subyek 1, subyek 2 dan subyek 3 dilakukan evaluasi dengan pengukuran skor AHRS dan Post Tes mengukur tingkat halusinasi, untuk subnyek I skor post test AHRS scale 17 dengan hasil 12-22 (halusinasi Sedang), subyek II skor AHRS 19 dengan hasil 12-22 (halusinasi Sedang) dan subyek III skor AHRS 21 dengan hasil 12-22 (halusinasi Sedang).

Hasil post test kuesioner penerapan terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris menggambar di sesi ke 1 bahwa ada penurunan tingkat halusinasi salah satunya di bagian perasaan ketakutan, gelisah, mendengar bisikan. Untuk hasil post test kuesioner penerapan terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris menggambar di sesi ke 2 bahwa ada penurunan tingkat halusinasi pasien salah satunya di bagian perasaan cemas, gelisah, mendengar bisikan. Kemudian didapatkan hasil post test kuesioner sesi ke 3 penerapan terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris menggambar di hari pertama bahwa ada penurunan halusinasi salah satunya di bagian perasaan cemas, gelisah, mendengar bisikan.

Hasil studi kasus ini menunjukkan bahwa pemberian terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris menggambar selama 10-15 menit memiliki pengaruh untuk menurunkan halusinasi dengan hasil skor halusinasi dari berat ke sedang. Terjadi penurunan skor halusinasi sebelum dan sesudah di lakukan intervensi pemberian tindakan terapi aktivitas kelompok yang melibatkan stimulasi sensoris dan menggambar diberikan kepada subyek I

sebelum pemberian terapi aktivitas kelompok yang melibatkan stimulasi sensoris dan menggambar adalah 23 (Kecemasan berat) setelah intervensi diberikan menjadi 17 (Kecemasan Sedang), sedangkan skor halusinasi subyek II sebelum diberikan intervensi terapi,



aktivitas kelompok stimulasi sensoris menggambar adalah 25 (Kecemasan berat) dan setelah diberikan intervensi 19 (Kecemasan sedang) dan skor halusinasi subyek III sebelum diberikan intervensi terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris menggambar adalah 30 (Kecemasan Berat) dan setelah diberikan intervensi 16 (Kecemasan Ringan). Terapi menggambar adalah metode dalam terapi perilaku yang bertujuan untuk menurunkan rasa ketakutan dan gelisah. Metode ini dapat diterapkan oleh pasien secara mandiri tanpa bantuan terapis dan dapat digunakan untuk mengatasi gelisah dan halusinasi yang dirasakan setiap hari di rumah. Terapi menggambar bisa membantu proses penyembuhan dan juga meningkatkan kreativitas pasien (Kamariyah & Yuliana, 2021). Terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris menggambar juga digunakan untuk membantu ketidak produktifan kontrol seseorang dan menghilangkan kesadaran yang negatif. Menghadapi individu yang mengalami halusinasi, pola pikir bisa mempengaruhi perubahan tingkah laku, melalui satu pikiran yang terjadi tanpa sadar dan dapat memberikan arahan pada pemikiran-pemikiran yang berbahaya. Terapi menggambar membantu meningkatkan harga diri pasien yang mengalami masalah harga diri rendah secara berkelanjutan. Dengan mengubah perasaan buruk mereka menjadi bentuk ekspresi kreatif, serta membangun kepercayaan diri melalui pencapaian positif dalam kegiatan yang disenangi, pasien bisa merasa lebih kuat dan mulai memiliki pandangan yang lebih baik tentang diri sendiri (Alpita, 2022).

Terapi kelompok aktivitas stimulasi sensoris yang melibatkan menggambar bertujuan untuk mengurangi pikiran negatif yang menyebabkan kurangnya pelepasan endorfin, dengan menurunkan kadar oksigen dalam jaringan serta kandungan bahan kimia seperti asam laktat, sekaligus menghilangkan stres pada sistem otot-

sendi dan halusinasi. Setelah itu, beberapa perubahan kimia terkait relaksasi dalam darah, seperti penurunan kadar hormon adrenal, laktat, dan kolesterol, dapat menyebabkan ketegangan dan halusinasi mempengaruhi status hemodinamik klien. Terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris, seperti menggambar, bisa membantu mengurangi kekhawatiran dan ketakutan. Kegiatan ini juga membantu meningkatkan harga diri dan kemampuan mengendalikan diri, serta merupakan strategi yang umumnya efektif. Halusinasi berdampak pada aktivitas simpatik melalui peningkatan aktivitas parasimpatis dan menciptakan keseimbangan antara hipotalamus posterior dan anterior. Peningkatan daya adaptif untuk mengatasi halusinasi, stress, pola tidur nyenyak, mengurangi kelelahan, ketakutan serta gelisah dan kecemasan yang disebabkan oleh perasaan emosional adalah beberapa keuntungan dari terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris menggambar.

Penanganan aktivitas kelompok stimulasi sensoris menggambar sangat diperlukan dan dapat dilakukan dengan cara menggambar. Terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris menggambar merupakan kemampuan mengatur perintah kepada diri sendiri untuk menghentikan pola pemikiran yang buruk melalui kehadiran rangsangan atau stimulus yang mengejutkan. Terapi aktivitas kelompok stimulasi menggambar mengidentifikasi stimulus yang menakutkan atau keadaan yang membuat tegang kemudian menurunkan ketegangan dengan melakukan teknik menggambar untuk mendapatkan perasaan rileks. Pasien skizofrenia yang mengalami halusinasi bisa mendapatkan manfaat dari terapi aktivitas kelompok karena interaksi dengan kelompok dapat membantu mereka merasa lebih terhubung sosial. Terapi ini juga memberikan kesempatan untuk mengungkapkan dan memahami emosi mereka, yang sering sulit dilakukan sendiri (Eriyani et al., 2022).





Setelah dilakukan terapi aktivitas kelompok dan ditanya bagaimana perasaannya, peserta mengatakan sangat senang karena dapat menggambar, bercerita, dan berinteraksi dengan teman dalam satu bangsal. Sesuai dengan tujuan Terapi aktivitas kelompok "Stimulasi Sensori Gambar" yang digunakan untuk meningkatkan kemampuan, kefokuskan, interaksi, kreatifitas, mengekspresikan pikirannya dalam hal untuk manajemen kontrol pada pasien halusinasi. Di Akhir acara TAK, peserta diberikan reward yang bermanfaat bagi peserta dan menambah semangat serta dapat digunakan untuk mengapresiasi keikutsertaan dalam kegiatan terapi aktivitas kelompok.

Hasil TAK pada penelitian ini dapat menjadi informasi bagi tenaga kesehatan, keluarga, maupun pasien dengan kasus skizofrenia yang sedang menjalani perawatan di rumah sakit ataupun di rumah. Terapi "Aktivitas Kelompok Stimulasi Sensori Gambar" terbukti efektif dan membantu pasien belajar mengekspresikan perasaan mereka dengan cara yang sehat dan membantu pasien memahami dan mengenali perasaan mereka sendiri, serta bagaimana halusinasi mempengaruhi emosi mereka.

## SIMPULAN

Terapi menggambar dalam kelompok dapat membantu mengurangi gejala halusinasi pada pasien yang mengalami gangguan tersebut. Terapi ini terbukti efektif dalam mengubah tingkat keparahan halusinasi, sehingga bisa menjadi salah satu pilihan terapi yang bisa digunakan untuk pasien gangguan jiwa, terutama yang mengalami masalah keperawatan berupa halusinasi.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan penelitian ini terutama untuk Pihak Kampus Universitas

Muhammadiyah Semarang dan terimakasih untuk pihak Rumah Sakit RSJD Amino Gondohutomo Semarang dan seluruh responden dalam penelitian ini.

## REFERENSI

- Arifin, N. A. F., Fresia, S., & Avia, I. (2024). Peningkatan Kemampuan Mengontrol Halusinasi Melalui Terapi Aktivitas Kelompok pada Pasien dengan Halusinasi di Panti Sosial Bina Laras Harapan Sentosa 2. *Jurnal Bakti Dirgantara*, 1(1), 137–142. <https://doi.org/https://doi.org/10.35968/05abwx65>
- Arisandy, W., Suherwin, S., Nopianti, N., & Bainani, B. (2024). Hubungan Kepatuhan Minum Obat dan Dukungan Keluarga dengan Kesembuhan Penderita Skizofrenia. 9(1), 360–370. <http://jurnal.stikes-aisyiahpalembang.ac.id/index.php/Kep/article/view/1225>
- Harahap, M. A., & Nelvia, D. D. (2023). Gangguan Psikotik Akut dan Gangguan Skizoafektif. *Jurnal Ventilator*, 1(3), 66-78. <https://doi.org/https://doi.org/10.59680/ventilator.v1i3.460>
- Herlina, W. S., Hasanah, U., & Utami, I. T. (2024). Penerapan Terapi Menghardik dan Menggambar terhadap Tanda dan Gejala Pada Pasien Halusinasi Pendengaran. *Jurnal Cendikia Muda*, 4(4), 625–633. <https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/632>
- Hidayat, M., Hesty, H., Indrawati, I., & Suri, M. (2024). Identifikasi Faktor-Faktor Penyebab Gangguan Jiwa pada Remaja di Rumah Sakit Jiwa. 13(2), 338–348. <https://doi.org/https://doi.org/10.36565/jab.v13i2.844>
- Latifah, H., Mulyani, S. R., Syahidin, R., & Nugroho, A. Y. (2025). Pengaruh Mutu Pelayanan terhadap Kualitas Pelayanan Serta Implikasinya pada Kepuasan Pasien Rawat Jalan Poliklinik Jiwa. *Jurnal Ners*, 9(2), 1704–1709. <https://doi.org/10.31004/jn.v9i2.37076>
- Mardiana, N., Fitri, N., & Ardiansyah, A. (2024). Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok terhadap Penurunan Frekuensi Halusinasi Pasien Skizofrenia. *Citra Delima Scientific Journal of Citra Internasional Institute*, 8(2), 111–116.



<https://doi.org/10.33862/citradelima.v8i2.496>

Paramita, T., & Alfinuha, S. (2021). Dinamika Pasien dengan Gangguan Skizofrenia. *Jurnal Psikologi*, 17(1), 12–19. <https://ejournal.up45.ac.id/index.php/psikologi/article/view/824>

Pratiwi, A., & Ningrum, W. A. (2024). Penerapan Terapi Aktifitas Kelompok (TAK) Stimulus Presepsi Untuk Meningkatkan Motivasi Hidup Pada Pasien Skizofrenia. *Jurnal Kesehatan Afinitas*, 6(9), 1–8. <https://oaj.jurnalhst.com/index.php/jka/article/view/4205>

Putri, I. A., & Maharani, B. F. (2022). Skizofrenia: Study Literatur Review. *Journal of Public Health and Medical Studies*, 1(1), 1–12. <https://doi.org/https://doi.org/10.56282/jphms.v1i1.257>

Suri, N., & Salsabila, L. (2024). Gambaran Penyakit Komorbid dan Pola Terapi pada Pasien Skizofrenia. 11(2), 405–425. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.20527/jps.v11i2.19835>

Yektiningtyas, P. A., Oktaviana, W., & Driyanto, A. (2023). Efektivitas Home Visit dalam Mengurangi Kecemasan Keluarga terhadap Perilaku Kekerasan Pasien dengan Schizoprenia Tak Terinci: Case Report. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 11(3), 665–670. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/12429/pdf>

Nanda, G. M., & Widodo, A. (2024). The Influence Of Mindfulness Training With Breathing

Meditation In Reducing Anciety In Schizofrenia Patients: Case Report. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(2), 5770–5775. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/29628>

Sujiah, S., Warni, H., & Fikrinas, A. (2023). The effectiveness of application of drawing activity occupational therapy against auditory hallucination symptoms. *Media Keperawatan Indonesia*, 6(2), 83. <https://doi.org/10.26714/mki.6.2.2023.83-91>

Pratiwi, A. D. E., Kusumawati, M. W., & Lestari, P. (2024). Efektivitas Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Persepsi “Bercerita Pengalaman Positif” pada Klien dengan Gangguan Konsep Diri Harga Diri Rendah di RSJD Dr. Arif Zainudin Surakarta. Universitas Kusuma Husada Surakarta. <https://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/6432/1/Naskah%20Publikasi-KIAN-Arin.pdf>

Kamariyah, K., & Yuliana, Y. (2021). Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Sensori: Menggambar terhadap Perubahan Tingkat Halusinasi pada Pasien Halusiansi di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Jiwa Daerah Jambi. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(2), 511. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v21i2.1484>

Alpita, P. (2022). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Konsep Harga Diri Rendah Dengan Pemberian Terapi Kegiatan Positif (Terapi Diversional). *Karya Tulis Ilmiah*, 2(4), 1–16.

