



Penerapan Terapi Menggambar untuk Menurunkan Gejala Halusinasi Pada Pasien Skizofrenia di RSJD Dr. Arif Zainudin Surakarta

Aziizun Chaulian^{1*}, Sitti Rahma Soleman², Tri Andri Pujiyanti³

¹⁻³Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Universitas 'Aisyiyah Surakarta, Indonesia

*Penulis Korespondensi: aziizunchaulian92@gmail.com

Abstract. *Background: Schizophrenia is a mental disorder with positive symptoms of hallucinations, patients hear voices and see things that do not exist. Patients with confusion and negative symptoms feel indifferent and often lose their emotions. Therefore, non-pharmacological therapy, such drawing therapy, a form of communication. Therefore the artistic media. Patients with hallucinations can express their feelings and thoughts through drawings, distracting them from unrealistic hallucinations. Objective: The general is to determine and evaluate hallucination symptoms after drawing therapy administered to schizophrenia patients at Dr. Arif Zainudin Mental Hospital, Surakarta. Method: A case study design was conducted on two schizophrenia patients with hallucinations, in the Bisma and Kresna Rooms of Dr. Arif Zainudin Mental Hospital, Surakarta, from February 28, 2026, to March 6, 2026. The intervention was drawing therapy. Data were collected using AHRs (pre-post test) questionnaire. Implementation Results: Both respondents experienced a decrease in hallucination levels. Respondent 1's hallucination score decreased from 32 (severe hallucinations) to 18 (moderate hallucinations). Respondent 2's hallucination score decreased from 33 (severe hallucinations) to 21 (moderate hallucinations). Conclusion: This study shows that drawing therapy reduces hallucination symptoms. Drawing activities improve patients' concentration and focus, allowing respondents to control their hallucinations.*

Keywords: *Drawing Therapy; Hallucination Patients; Mental Health; Non-pharmacological Therapy; Schizophrenia.*

Abstrak. Latar Belakang: Gangguan jiwa skizofrenia dengan gejala positif halusinasi penderita mendengar suara dan melihat sesuatu yang tidak ada. Penderita kebingungan dan gejala negatif merasa acuh tak acuh, sering kehilangan emosi. Oleh karena itu, penatalaksanaan pasien halusinasi dengan terapi nonfarmakologis seperti terapi menggambar bentuk berkomunikasi melalui media artistik, pasien halusinasi dapat mengekspresikan perasaan dan pikiran mereka melalui gambar sehingga dapat mengalihkan halusinasi pasien dari hal yang tidak nyata. Tujuan: Tujuan umum untuk mengetahui atau mengevaluasi gejala halusinasi setelah diberikan terapi menggambar pada pasien skizofrenia di RSJD dr Arif Zainudin Surakarta. Metode: Desain studi *case study* pada 2 pasien skizofrenia dengan halusinasi, di Ruang Bisma dan Kresna RSJD dr Arif Zainudin Surakarta mulai tanggal 28 Februari 2026 – 6 Maret 2026. Intervensi yang diberikan yaitu terapi menggambar. Data dikumpulkan menggunakan instrumen kuesioner AHRs (pre-post test). Hasil Penerapan: Menunjukkan bahwa kedua responden mengalami penurunan tingkat halusinasi, responden 1 skor halusinasi dari 32 (halusinasi berat) menjadi 18 (halusinasi sedang). Pada responden 2 skor halusinasi dari 33 (halusinasi berat) menjadi 21 (halusinasi sedang). Kesimpulan: Penelitian ini menunjukkan terapi menggambar menurunkan gejala halusinasi, aktivitas menggambar meningkatkan konsentrasi dan fokus pasien, sehingga responden mampu dalam mengontrol halusinasi menjadi lebih baik.

Kata kunci: : Kesehatan Jiwa; Pasien Halusinasi; Skizofrenia; Terapi Menggambar; Terapi Nonfarmakologis.

1. LATAR BELAKANG

Gangguan jiwa yang paling serius adalah skizofrenia (Agusta, et al, 2024). Skizofrenia merupakan penyakit jiwa serius dengan tanda dan gejala positif seperti halusinasi misalnya penderita akan mendengar suatu suara dan melihat sesuatu yang tidak ada serta delusi, yaitu keyakinan yang tidak rasional. Penderita skizofrenia juga menjadi kebingungan dan gejala negatifnya dengan merasa lelah, merasa acuh tak acuh, serta sering kehilangan emosi (Azzahra & Suara, 2022).

Menurut data dari Organisasi Kesehatan Dunia (2022) ada sekitar 24 juta orang di seluruh dunia, yang berarti sekitar 2,5 %. Dari jumlah tersebut 1 dari 222 orang, atau sekitar 0,45 % adalah orang dewasa. WHO menyebutkan bahwa orang yang menderita skizofrenia memiliki risiko kematian lebih awal 2-3 kali lebih tinggi dibandingkan dengan orang yang mengalami gangguan mental lainnya. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI), skizofrenia merupakan gangguan jiwa dimana menimbulkan halusinasi, delusi, bahkan gangguan berpikir dan berperilaku. Pada skizofrenia, penderita tidak dapat membedakan antara kenyataan dan pikiran mereka sendiri (Kemenkes, 2023).

Berdasarkan Rekam Medis RSJD tahun 2023 dr. Arif Zainudin Surakarta mencatat Jumlah klien dengan gangguan jiwa masih cukup tinggi, yaitu ada 40.475 klien pada 2021. Halusinasi juga menduduki posisi teratas dengan jumlah klien sebanyak 3.402 klien, dan terjadi pada 2023 jumlah 3.515 klien, rekam medis RSJD dr. Arif Zainudin Surakarta tahun 2024 halusinasi jumlah 3.544 klien.

Halusinasi merupakan gejala gangguan mental ditandai dengan perubahan dalam persepsi sensori, di mana individu mengalami sensasi yang tidak nyata, seperti halusinasi dalam bentuk suara, gambar, bau, sentuhan, atau rasa. Pada halusinasi, individu menerima respon terhadap lingkungan meskipun tidak ada rangsangan nyata dari objek apa pun. Misalnya, seseorang mendengar suara-suara meskipun tidak ada orang disekitarnya yang berbicara. Selain itu juga bisa menyebabkan individu mengalami kesulitan dalam bertemu serta berbicara dengan orang lain, dan suara atau bisikan yang didengar ini sering kali dapat memicu kemarahan, kekerasan, bahkan keinginan melakukan bunuh diri (Anggraini & Gati, 2024)

Jika halusinasi tidak ditangani dengan baik, penderita dapat menghadapi risiko yang serius seperti kehilangan kontrol diri, mengalami kepanikan, dan perilaku mereka mungkin dipengaruhi oleh halusinasi tersebut. Keadaan ini dapat berakhir dengan konsekuensi negatif, seperti keinginan untuk bunuh diri, tindakan kekerasan terhadap orang lain, atau bahkan kerusakan pada lingkungan sekitar (Cahyani, et al, 2024).

Pengelolaan pasien yang mengalami halusinasi dilakukan dengan pengobatan dan terapi nonfarmakologis. Terapi nonfarmakologis untuk pasien yang mengalami halusinasi dapat dilakukan dengan memberikan terapi modalitas seperti terapi berpikir, terapi keluarga, dan terapi kegiatan. Terapi okupasi mengarah pada pengobatan alami yang membantu orang-orang yang memiliki masalah fisik dan mental dengan cara memperkenalkan mereka terhadap lingkungan agar bisa mencapai peningkatan, perbaikan, dan pemeliharaan kualitas hidup (Wulan N.A et al.,2021).

Aktivitas terapi menggambar adalah jenis psikoterapi yang menggunakan gambar sebagai cara berkomunikasi melalui media artistik, pada pasien skizofrenia terutama halusinasi dapat dengan mudah menyampaikan perasaan dan pikiran mereka melalui gambar sehingga dapat mengubah perhatian pasien halusinasi dari hal – hal yang tidak nyata. Pencil, kapur warna, cat, kertas, dan perlengkapan mewarnai adalah contoh media menggambar. Untuk meningkatkan kemampuan kognitif, fungsional, dan psikomotorik, terapi seni menggambar juga mendukung ekspresi emosi dan pemahaman melalui standar artistik dan proses kreatif pasien.

Kelebihan terapi menggambar jika dibandingkan dengan terapi lain bahwa terapi ini efektif untuk mengoptimalkan persepsi sensori dan mengatasi halusinasi. Pada saat terapi menggambar dilakukan, pasien dapat meminimalisir interaksi dengan dunianya sendiri. Dengan demikian, mereka dapat mengeluarkan pikiran, perasaan, dan emosi yang selama ini mempengaruhi perilaku mereka tanpa disadari. Terapi menggambar juga memberi motivasi dan kegembiraan, serta menyediakan hiburan yang dapat mengalihkan perhatian pasien dari halusinasi. Sehingga, pikiran pasien tidak terfokus pada halusinasi mereka, dan ini membantu dalam proses penyembuhan. Dalam proses ini, pasien akan melakukan latihan-latihan terarah guna meningkatkan kemandirian mereka (Meidilah et al., 2025)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di Ruang Bisma RSJD dr. Arif Zainudin Surakarta diperoleh data wawancara 2 orang masing – masing mengeluhkan halusinasi, Berdasarkan data tersebut, mayoritas pasien Skizofrenia mengalami halusinasi. Hasil wawancara terhadap dua pasien Skizofrenia menunjukkan bahwa selama menjalani perawatan di rumah sakit, pasien belum pernah diajarkan terapi menggambar. Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik untuk melakukan studi kasus mengenai “Penerapan Terapi Menggambar Untuk Menurunkan Gejala Halusinasi Pada Pasien Skizofrenia Di RSJD dr. Arif Zainudin Surakarta.”

2. KAJIAN TEORITIS

Halusinasi merupakan persepsi yang muncul tanpa adanya rangsangan eksternal yang nyata dan dapat menimbulkan dampak negatif bagi individu maupun lingkungan sekitarnya. Kondisi ini sering kali membuat individu mengalami kesulitan dalam membedakan antara kenyataan dan persepsi yang diciptakannya sendiri. Penelitian menunjukkan bahwa halusinasi dapat memengaruhi kemampuan seseorang dalam menjalankan fungsi sosial dan emosional, sehingga aktivitas sehari-hari menjadi terganggu. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang tepat dan berkelanjutan untuk membantu individu mengelola serta mengurangi gejala yang dialaminya agar kualitas hidupnya tetap terjaga (Asyaroh *et al.*, 2025). Halusinasi merupakan

salah satu gejala gangguan jiwa yang ditandai dengan perubahan pada persepsi sensori, di mana klien merasakan sensasi palsu seperti suara, penglihatan, pengecapan, perabaan, atau penciuman meskipun tidak terdapat stimulus yang nyata. Kondisi ini menyebabkan individu seolah-olah mengalami rangsangan yang sebenarnya tidak ada, sehingga dapat mengganggu kemampuan dalam menilai realitas. Faktor penyebab halusinasi terbagi menjadi dua, yaitu faktor predisposisi yang meliputi aspek biologis, psikologis, sosiokultural, dan lingkungan, serta faktor presipitasi yang berkaitan dengan riwayat penyakit infeksi, penyakit kronis, kelainan struktur otak, pengalaman kekerasan dalam keluarga, kegagalan hidup, hingga kondisi kemiskinan. Dampak dari halusinasi dapat berupa meningkatnya risiko perilaku kekerasan yang berpotensi membahayakan diri sendiri, orang lain, maupun lingkungan sekitar, sehingga diperlukan penanganan yang tepat untuk mencegah konsekuensi yang lebih serius (Eni et al., 2023)..Klasifikasi Halusinasi Halusinasi menurut (Fekaristi *et al.*2021) terbagi menjadi 5 macam sebagai berikut :

Halusinasi pendengaran (*Auditory- hearing voices or sounds Hallucinations*)

Adalah kondisi di mana seseorang merasa takut atau senang ketika mendengar suara-suara atau keributan.Mereka bisa mendengar suara yang seolah-olah mengajak mereka untuk berbicara, atau suara yang memerintahkan mereka untuk melakukan hal-hal yang berbahaya.

Halusinasi penglihatan (*Yisual Hallucinations*)

Adalah saat seseorang melihat sesuatu yang tidak ada, dan ini bisa membuat mereka merasa takut atau senang.Mereka mungkin melihat bayangan, cahaya, bentuk-bentuk geometris, gambar kartun, atau bahkan hantu dan monster..

Halusinasi penghidu (*Olfactory Hallucinations*)

Adalah halusinasi penghirupan yang dimana pasien seperti mencium bau tertentu seperti bau busuk, mayat, anyir darah, feses, atau hal menyenangkan seperti harum parfum atau masakan secara tiba – tiba.

Halusinasi perabaan (*Tactile Hallucinations*)

Adalah kondisi di mana pasien merasakan sesuatu hal yang tidak nyata dan aneh di tubuhnya, seperti perasaan ada yang seperti yang mengerayap seperti serangga, makhluk halus atau tangan, klien merasakan sensasi panas atau dingin bahkan tersengat aliran listrik.

Halusinasi pengecapan (*Gustalory Hallucinations*)

Adalah halusinasi pengecapan yang dimana pasien merasakan makanan atau rasa tertentu yang sebenarnya tidak ada dan tidak nyata.

Konsep Terapi Menggambar

Terapi menggambar yang merupakan salah satu bentuk psikoterapi yang menggunakan media seni sebagai cara untuk berkomunikasi (Firmawati et al.2023). Terapi okupasi adalah untuk membantu orang yang memiliki masalah atau gangguan fisik dan mental. Terapi ini mengenalkan individu kepada lingkungan mereka agar bisa mencapai peningkatan, perbaikan, dan menjaga kualitas hidup yang lebih baik. Terapi menggambar merupakan bentuk ekspresif yang menekankan pada stimulasi aspek psikologis individu melalui media visual. Pada pasien gangguan kejiwaan, kegiatan menggambar dapat menjadi sarana untuk menyalurkan perasaan marah, pikiran, pengalaman sulit diungkapkan secara linguistik. Aktivitas ini mendukung pasien mengekspresikan perasaan tertekan, cemas, marah, atau takut dengan cara yang lebih aman dan terarah. Melalui proses tersebut, pasien dapat memperoleh rasa lega, meningkatkan kesadaran diri, serta memperbaiki kemampuan mengontrol emosi. Selain itu, terapi menggambar juga dapat membantu tenaga kesehatan dalam memahami kondisi psikologis pasien melalui hasil karya yang dibuat. Dengan demikian, terapi ini berkontribusi dalam mendukung proses pemulihan pasien gangguan kejiwaan, baik dari segi kesehatan mental maupun kondisi fisik secara keseluruhan (Mustofa et al., 2022).

Makna keluarga pasien menggambarkan hubungan interpersonal, kedekatan dengan anggota keluarga, makna rumah menunjukkan rasa aman atau kebutuhan akan perlindungan, makna pantai memberikan ketenangan, makna binatang/hewan memberikan kedamaian batin dan kendali diri, makna pohon memberikan makna sumber kehidupan.

Terapi menggambar dalam kelompok sangat bermanfaat bagi pasien dengan gangguan mental, termasuk mereka yang mengalami halusinasi. Aktivitas ini dilakukan untuk pasien yang mengalami halusinasi agar mereka bisa melepaskan emosi, mengekspresikan diri, mengurangi stres, dan mencari cara untuk berkomunikasi dengan baik. Kegiatan menggambar adalah cara yang bisa membantu mereka untuk menunjukkan dan mengungkapkan perasaan serta pikiran mereka. Hal ini, pada akhirnya, dapat mempengaruhi perilaku yang tidak biasa pada mereka. (Kamariyah & Yuliana,2022) .

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Hidayat et al (2023) menunjukkan bahwa terapi gambar dapat mengurangi gejala halusinasi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Agustin et al (2022) yang menemukan bahwa okupasi menggambar sangat efektif dalam mengurangi gejala halusinasi pendengaran. Diperkuat oleh Oktaviani et al (2022) bahwa menggambar merupakan keterampilan dan kemampuan terapi okupasi, aktivitas menggambar melibatkan pernapasan ritmis, konsentrasi, dan gerakan tangan yang

menenangkan, sehingga mengaktifkan sistem saraf parasimpatis, perasaan cemas dan tegang akibat halusinasi menurun

Gerakan halus saat menggambar melibatkan aktivitas sensorimotor koordinasi antara tangan, mata, dan otak. Stimulasi sensorik dan motorik mengalihkan fokus persepsi dari halusinasi ke gerakan terarah dan meningkatkan sekresi neurotransmitter asetilkolin dan dopamin di area motorik, yang juga berperan dalam perhatian dan motivasi.

3. METODE PENELITIAN

Data dalam penelitian ini diambil dari pre-test dan post-test dengan instrumen alat untuk menilai tingkat halusinasi sebelum dan sesudah intervensi. Penelitian ini dilakukan pada 2 responden, di mana sebelum intervensi, dilakukan pre-test melalui wawancara dan pengisian lembar observasi yang berisi pengukuran halusinasi pasien. Setelahnya terapi menggambar diterapkan, penilaian diterapkan dengan cara yang sama, yaitu melalui wawancara dan pengukuran halusinasi. Gunanya adalah untuk membandingkan kondisi pasien sebelum dan sesudah terapi menggambar pada pasien halusinasi.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penerapan dilakukan pada responden I dan responden 2 selama 7 hari dengan 1x pertemuan selama 20 menit, namun untuk efek optimal perlu durasi lebih panjang. Berikut hasil distribusi penerapan padakedua responden di bangsal Bisma dan Kresna di RSJD dr. Arif Zainudin Surakarta.

Hasil observasi halusinasi pada kedua responden sebelum dilakukan penerapan terapi menggambar.

Tabel 1. Hasil observasi gejala halusinasi pada kedua responden sebelum dilakukan penerapan terapi menggambar.

No	Responden	Skor Pre-Test AHRs	Kategori
1	Ny. W	32	Berat
2	Ny. S	33	Berat

Berdasarkan hasil table 1. diatas menunjukkan observasi halusinasi pada responden 1 Ny.W adalah 32 yang termasuk dalam kategori halusinasi berat, dan hasil observasi pada responden 2 Ny.S adalah 33 yang masuk kedalam kategori halusinasi berat.

Hasil observasi gejala halusinasi pada kedua responden sesudah dilakukan penerapan terapi menggambar.

Tabel 2. Hasil observasi halusinasi pada kedua responden sesudah dilakukan penerapan terapi menggambar.

No	Responden	Skor Post-Test AHRS	Kategori
1	Ny. W	18	Sedang
2	Ny. S	21	Sedang

Berdasarkan hasil table 2. diatas menunjukkan observasi halusinasi pada responden 1 Ny.W adalah 18 yang termasuk dalam kategori halusinasi sedang, dan hasil observasi pada responden 2 Ny.S adalah 21 yang masuk kedalam kategori halusinasi sedang.

Perkembangan gejala halusinasi pada responden sebelum dan sesudah dilakukan penerapan terapi menggambar.

Tabel 3. Perkembangan gejala halusinasi pada responden sebelum dan sesudah dilakukan penerapan terapi menggambar.

Lembar AHRS	Hari 1		Hari 2		Hari 3		Hari 4		Hari 5		Hari 6		Hari 7	
	Ny. W	Ny. S	Ny. W	Ny. S	Ny. W	Ny. S	Ny. W	Ny. S	Ny. W	Ny. S	Ny. W	Ny. S	Ny. W	Ny. S
Sebelum	32	33	31	32	30	31	28	30	25	28	24	25	21	22
Sesudah	31	32	30	31	28	30	26	27	23	26	21	22	18	21
Selisih	1	1	1	1	2	1	2	3	2	2	3	3	3	1

Berdasarkan tabel 3. Terapi menggambar dilakukan selama 7 hari berturut-turut yang dilaksanakan di ruang Bisma dan Kresna di RSJD dr. Arif Zainudin Surakarta berdasarkan hasil skor AHRS pada kedua responden mengalami penurunan halusinasi. terapi okupasi adalah mengasah kemampuan dan keterampilan seperti aktivitas sehari-hari dan kegiatan motorik seperti menggambar (Oktaviani, et al, 2024). Terapi okupasi menggambar merupakan jenis psikoterapi menggunakan seni sebagai sarana komunikasi. Media seni yang digunakan dalam terapi ini meliputi pensil, pensil warna, kertas. Dengan kegiatan menggambar, pasien yang mengalami gangguan persepsi sensori dapat mengekspresikan pikiran dan perasaan mereka melalui media gambar tanpa komunikasi secara langsung. Kegiatan ini memberikan dampak positif bagi kondisi mental pasien, dimana dapat membantu mereka menjadi orang yang ekspresif, fokus, serta rileks (Oktaviani *et al.*, 2022)

Perbandingan gejala halusinasi pada responden sebelum dan sesudah dilakukan penerapan terapi menggambar.

Tabel 4. Perbandingan gejala halusinasi pada responden sebelum dan sesudah dilakukan penerapan terapi menggambar.

No	Responden	Skor Pre-Test AHRs	Skor Post-Test AHRs	Kategori
1	Ny. W	32	18	Sedang
2	Ny. S	33	21	Sedang

Berdasarkan tabel 4. perbandingan responden 1 setelah terapi menggambar selama 7 hari memperoleh skor 18 yang artinya tingkat gejala halusinasi pada responden 1 menurun kategori sedang. Pada responden 2 setelah dilakukan terapi menggambar selama 7 hari memperoleh skor 21 yang artinya tingkat gejala halusinasi pada responden 2 mengalami menurun kategori sedang.

Pembahasan

Hasil Observasi Gejala Halusinasi pada 2 responden Sebelum Dilakukan Penerapan Terapi Menggambar

Hasil pengamatan terhadap gejala halusinasi pada responden 1 (Ny.W) menunjukkan skor 32. Gejala yang dialami meliputi kebingungan, gelisah, mondar-mandir, merasa mendengar suara, dan melihat sosok wanita berambut panjang yang marah, berbicara tidak jelas, serta mengalami kesulitan tidur. Pasien juga menyatakan bahwa dia mendengar suara bisikan yang berkata "Wanita rambut panjang, pukul-pukul," seolah-olah suara itu menyuruhnya untuk memukul, yang termasuk jenis halusinasi yang sangat berat. Sementara itu, hasil pengamatan pada responden 2 (Ny.S) menunjukkan bahwa ada 33 gejala yang muncul. Gejala tersebut termasuk gangguan tidur yang berlangsung selama 3 hari, kebingungan dan tertawa sendiri yang mulai terlihat sejak 1 hari sebelumnya, serta perilaku mondar-mandir yang sudah dimulai sejak awal masuk. Gejala lainnya yang terlihat adalah emosi yang tidak stabil, sering memukul kepala, dan sering melamun yang masih bisa dikategorikan sebagai halusinasi berat.

Halusinasi adalah tanda dari masalah mental yang dialami seseorang, ditandai dengan perubahan dalam cara mereka merasakan. Ini termasuk merasakan sesuatu yang tidak nyata, seperti suara, gambar, sentuhan, rasa, dan bau yang tidak ada. Pasien yang mengalami halusinasi merasakan adanya respon terhadap lingkungan mereka meskipun tidak ada objek nyata yang merangsang. Banyak dari mereka merasa seolah mendengar suara atau bisikan yang dapat membuat mereka marah, melakukan tindakan kekerasan, dan bahkan berpotensi untuk

bunuh diri. Gambar-gambar yang dibuat oleh pasien adalah cerminan dari ingatan, perasaan, dan imajinasi mereka, yang sering kali sulit untuk diungkapkan dengan kata-kata atau verbalisasi (Firmawati, 2023).

Hasil pengkajian dapat disimpulkan bahwa ketika halusinasi muncul, kedua responden cenderung hanya berjalan mondar-mandir dan sering melamun, yang bisa meningkatkan intensitas halusinasi. Selain itu, ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi bertambahnya gejala halusinasi, salah satunya adalah cara kita menghadapi saat halusinasi itu muncul. Pada responden 1, strategi yang dipakai adalah berbicara sendiri sambil berteriak, sementara pada responden 2, dia mendengarkan suara sambil berjalan bolak-balik di kamar, menunjukkan tanda bingung dan sering termenung.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Firmawati, 2023) Terapi Okupasi Menggambar Terhadap Perubahan Tanda Dan Gejala Halusinasi Pada Pasien Dengan Gangguan Presepsi Sensori Halusinasi di RSUD Tombulilato hasil penelitian yang didapatkan sebelum (pre- test) dilakukan terapi okupasi menggambar pada pertemuan pertama terdapat 15 pasien mengalami halusinasi berat dan tidak terdapat pasien dengan halusinasi ringan. Hasil penelitian juga menunjukkan sebelum diberikan terapi okupasi menggambar tanda dan gejala halusinasi pasien berada dalam kategori berat, ditandai dengan pasien tersenyum dan tertawa sendiri, tampak ketakutan, bicara sendiri, mendengar suara yang mengajaknya bercakap-cakap dan menyuruhnya melakukan sesuatu yang berbahaya. Berdasarkan hasil penelitian dan teori terkait, peneliti berasumsi bahwa terdapat perubahan sedikit pada nilai *pretest* halusinasi dengan skizofrenia sebelum dilakukan terapi menggambar. Dikarenakan sebagian responden belum mengetahui cara untuk mengontrol halusinasi tersebut dan responden belum pernah diberikan terapi menggambar, sehingga terapi menggambar ini belum dijadikan sebagai aktivitas harian yang terjadwal bagi pasien. Maka terapi menggambar adalah suatu hal yang tepat jika diberikan pada pasien skizofrenia yang mengalami halusinasi pendengaran.

Hasil Observasi Tanda dan Gejala Halusinasi pada 2 responden Setelah dilakukan penerapan terapi menggambar

Berdasarkan hasil post test, diketahui bahwa skor tanda dan gejala halusinasi pada responden 1 menurun menjadi 18 (kategori sedang), sedangkan pada responden 2 menurun menjadi 21 (kategori sedang). Data post test diambil hari ketujuh setelah penerapan terapi menggambar. Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Oktaviani, 2022) hasil penelitian setelah dilakukan terapi menggambar terjadi penurunan dari 68,5% menjadi 27%, jadi terdapat penurunan sebesar 41,5%. Berdasarkan asumsi dari peneliti

penurunan skor dapat terjadi karena terapi okupasi menggambar mampu mengalihkan perhatian pasien dari stimulus internal yang memicu munculnya halusinasi.

Aktivitas menggambar juga meningkatkan konsentrasi dan fokus sehingga kemampuan mereka dalam mengabaikan halusinasi menjadi lebih baik. Mekanisme neurobiologis terapi menggambar dapat merangsang otak untuk mengatur produksi noradrenalin dan beta endorfin supaya tetap seimbang, kegiatan menggambar yang menyenangkan merangsang pelepasan beta-endorfin dan serotonin. Beta-endorfin menimbulkan efek relaksasi dan mengurangi kecemasan, sementara serotonin berperan sebagai *mood regulator* yang memperbaiki afek negatif pasien skizofrenia. Penurunan kecemasan dan perbaikan suasana hati secara tidak langsung mengurangi frekuensi dan intensitas halusinasi, karena stres emosional merupakan faktor presipitasi utama kekambuhan halusinasi (Oktaviani et al., 2022).

Ketika pasien terlibat dalam kegiatan menggambar, sistem limbik bagian otak yang mengatur emosi teraktivasi untuk menyalurkan emosi dan stres secara aman. Proses ini memicu peningkatan hormon serotonin dan dopamin, yang berperan dalam memperbaiki suasana hati, memberikan rasa puas, dan menurunkan kecemasan, pelepasan β -endorfin (beta-endorfin), hormon yang menimbulkan efek relaksasi, serta mengurangi rasa sakit psikologis akibat stres dan halusinasi. Penurunan hormon stres seperti kortisol dan adrenalin, sehingga mengembalikan keseimbangan respon sistem saraf otonom dan dominan ke parasimpatis.

Terapi menggambar mengaktifkan sistem saraf parasimpatis melalui stimulasi sensorik taktil (memegang pensil, merasakan tekstur kertas) dan visual (melihat warna, bentuk). Aktivasi parasimpatis menurunkan denyut jantung dan tekanan darah, menginduksi keadaan relaksasi, sehingga ambang persepsi terhadap stimulus internal (suara halusinasi) meningkat. Dengan kata lain, pasien menjadi kurang sensitif terhadap bisikan halusinasi karena perhatiannya teralihkan dan sistem sarafnya dalam kondisi lebih tenang (Firmawati, 2023).

Peningkatan kemampuan pasien dalam mengatasi masalah dan berinteraksi sosial, yang dipengaruhi oleh peningkatan produksi serotonin yang berperan sebagai pengatur perasaan. Peningkatan suasana hati ini juga tercermin dari berkurangnya pada tanda serta gejala halusinasi pada pasien. Dengan itu, pasien menjadi lebih fokus terhadap apa yang mereka gambar dengan meluapkan hal yang mereka rasakan serta sukai, sehingga tidak berfokus pada halusinasi yang diderita. (Izati et al., 2025).

Keberhasilan penerapan terapi menggambar sebagai intervensi nonfarmakologis turut didukung oleh kepatuhan pasien dalam menjalani terapi farmakologis. Pada penelitian ini, responden 1 mendapatkan terapi farmakologis berupa haloperidol 3x5 mg, chlorpromazine

1×100 mg, dan trihexyphenidyl 3×2 mg. Adapun responden 2 mengkonsumsi risperidone 2×3 mg, haloperidol 1×1,5 mg, dan clozapine 1×25 mg. Kombinasi antara terapi nonfarmakologis dan farmakologis berperan penting dalam menurunkan intensitas gejala serta mencegah kekambuhan pada pasien skizofrenia (Hidayati, 2023).

Perkembangan gejala halusinasi pada responden sebelum dan sesudah dilakukan penerapan terapi menggambar.

Berdasarkan tabel 4.3 diatas dapat diketahui pada responden 1 dan 2 terdapat penurunan tanda dan gejala halusinasi setelah diberikan terapi okupasi menggambar. Terapi menggambar sebanyak 7x pertemuan ini diharapkan mampu mengontrol halusinasi dengan pasien dapat memusatkan perhatian pada kegiatan yang sedang dilakukan yaitu menggambar. Hal ini sesuai dengan pendapat.

Menurut teori (Laisina *et al.*, 2022) adanya pengaruh terapi okupasi menggambar pada responden dengan halusinasi ini disebabkan karena pada saat dilakukan terapi okupasi diberikan reinforcement positive atau penguatan positif yang salah satunya melalui pujian pada tugas-tugas yang telah berhasil responden lakukan seperti responden mampu melakukan aktivitas waktu luang dengan baik. Dengan diberikan *reinforcement positive*, responden merasa dihargai dan keinginan bertambah kuat untuk mengulangi perilaku tersebut sehingga terjadi pengalihan halusinasi dengan kegiatan yang dilakukan dan disukai responden.

Perbandingan gejala halusinasi pada responden sebelum dan sesudah dilakukan penerapan terapi menggambar.

Setelah melakukan penerapan terapi okupasi menggambar pada 2 responden diperoleh hasil akhir sebagai berikut: pada respoden 1 skor gejala awal yang diperoleh sebelum melakukan terapi okupasi menggambar yaitu 32 tapi setelah dilakukan terapi okupasi menggambar skor tanda dan gejala responden 1 mengalami penurunan dengan skor akhir 18. Pada responden 2 skor gejala awal sebelum melakukan terapi okupasi menggambar adalah 33 tetapi setelah melakukan terapi okupasi menggambar tampak adanya penurunan skor menjadi 21. Perbandingan menunjukkan kalau responden 1 mengalami penurunan tanda dan gejala halusinasi lebih banyak daripada responden 2.

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan tingkat penurunan skor tanda dan gejala halusinasi antara responden 1 dan responden 2. Responden 1 menunjukkan penurunan gejala yang lebih signifikan dibandingkan responden 2. Salah satu faktor penyebabnya yang memengaruhi perbedaan adalah lamanya durasi gangguan jiwa yang dialami oleh masing-masing responden, Kepatuhan minum obat: Responden 1 lebih patuh minum obat dibandingkan responden 2 sementara responden 2 mengonsumsi risperidone 2×3 mg dan Clozapine 1×25 mg

(kombinasi dengan dosis lebih bervariasi). Perbedaan regimen farmakologis ini dapat memengaruhi kontrol gejala sebelum terapi nonfarmakologis diberikan, dukungan lingkungan selama perawatan menunjukkan responden 1 lebih sering dikunjungi keluarga selama masa perawatan, yang dapat menjadi faktor eksternal pendukung pemulihan. Usaha yang bisa dilakukan untuk meningkatkan aktivitas pada pasien yang mengalami halusinasi pendengaran adalah dengan terapi menggambar, yang merupakan salah satu jenis terapi lingkungan. Terapi menggambar sangat terkait dengan rangsangan psikologis seseorang, yang dapat membantu proses penyembuhan baik dari sisi fisik maupun psikologis. (Pradana *et al.*, 2023) .

Pemberian menggambar untuk membantu mengatasi tanda dan gejala halusinasi pada tahap menenangkan bagi orang dengan gangguan jiwa di RSJD dr. Arif Zainuddin Surakarta Untuk mengurangi tanda dan gejala pada responden yang mengalami halusinasi, bisa dilakukan terapi non farmakologi, yaitu teknik okupasi dengan terapi menggambar. Melalui terapi ini, responden dapat mengekspresikan emosi dan perasaan mereka serta berlatih untuk fokus agar tidak terlalu terjebak pada halusinasi yang mereka alami. Ini memungkinkan individu untuk menyampaikan masalah, perasaan, ketakutan, keinginan, dan kekhawatiran mereka dengan cara yang aman dan tidak mengancam. Karya seni memberi kesempatan kepada orang untuk berkomunikasi secara simbolis, mirip seperti berbicara. (Bahri & Lestari, 2024).

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisa data dan pembahasan diatas, maka dapat di tarik kesimpulan sebagai berikut:

Berdasarkan data yang diperoleh hasil *pre test* sebelum terapi menggambar untuk gejala halusinasi pada kedua responden masuk kedalam kategori halusinasi berat.

Berdasarkan data yang diperoleh hasil *post test* setelah terapi menggambar untuk gejala halusinasi pada kategori halusinasi sedang.

Berdasarkan data yang sudah diperoleh diketahui kedua responden ada penurunan gejala halusinasi setelah diberikan terapi menggambar.

Setelah dilakukan penerapan terapi menggambar pada kedua responden diperoleh hasil akhir yaitu responden 1 terjadi penurunan gejala halusinasi lebih banyak daripada responden 2, disimpulkan terapi menggambar membantu menurunkan gejala halusinasi responden, meningkatkan konsentrasi dan fokus responden, sehingga responden mampu secara mandiri mengontrol halusinasi menjadi lebih baik.

Studi kasus dengan n=2 perempuan dengan usia lanjut (58 dan 60 tahun) di RSJD dr. Arif Zainudin Surakarta, hasilnya tidak dapat digeneralisasi ke populasi pasien skizofrenia secara luas, terutama pada pasien laki-laki, usia produktif, atau dengan tipe halusinasi selain pendengaran (visual, olfaktori, taktil). Temuan ini bersifat *preliminary* dan kontekstual pada kedua responden dengan karakteristik spesifik.

Saran

Bagi Peneliti Selanjutnya: a.) Perlu dilakukan penelitiann dengan jumlahnya responden lebih banyak dan dapat dijadikan data untuk desain penelitian eksperimental (quasi-experiment) untuk menguji efektivitas terapi menggambar secara lebih valid;b.) Perlu menambahkan kelompok kontrol untuk membandingkan efektivitas terapi menggambar dengan intervensi lain;c.) Perlu dilakukan follow-up untuk mengetahui keberlanjutan efek terapi setelah pasien kembali ke rumah.

Bagi Institusi: Dengan ini adanya karya ilmiah akhir ners institusi bisa bertambah pengetahuan dan referensi khususnya ilmu riset keperawatan tentang penerapan terapi menggambar terhadap perubahan gejala halusinasi.

Bagi Mahasiswa: Dengan adanya karya ilmiah akhir ners ini dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan mahasiswa khususnya mengenai ilmu riset keperawatan tentang penerapan terapi menggambar terhadap perubahan gejala halusinasi.

Bagi Rumah Sakit: Hasil penelitian menjadi masukan perawat ruangan untuk memberikan asuhan keperawatan dengan berkolaborasi tentang terapi non farmakologi terhadap pasien skizofrenia.Perawat ruangan harus aktif memberikan terapi non farmakologis lainnya untuk memaksimalkan paket terapi selain terapi farmakologis sebagai pengembangan ilmu keperawatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agusta, A., et al. (2024). Penerapan terapi okupasi menggambar pada pasien halusinasi pendengaran. *Indonesian Journal of Nursing and Health Sciences*, 5(April), 13–20.
- Asyaroh, R. A. I., Nursavitri, W., Khoirunnisa, N. N., Bone, M. P. N., Ayuni, T. D., & Rosyidah, N. (2025). Penyuluhan kesehatan tentang cara mengontrol halusinasi di RSJ. *JPPKI (Jurnal Pengabdian Pendidikan Keperawatan Indonesia)*, 1(1). <https://journalhadhe.com/index.php/jppki/article/view/92>
- Bahri, A. S., & Lestari, T. (2024). Pengaruh terapi okupasi menggambar terhadap tanda dan gejala halusinasi tahap comforting pada orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) di RSJD Dr. Arif Zainuddin Surakarta. *Jurnal Kebidanan*, 16(1), 66–75. <https://doi.org/10.35872/jurkeb.v16i01.736>

- Eni, R., Hasmita, & Miswarti. (2023). Pengetahuan merawat anggota keluarga dengan gangguan jiwa: Halusinasi. *Indonesian Conference Journal*. <https://journal.medinerz.org/index.php/ICJ/article/view/169>
- Firmawati, F. S., Rahmati, R., & B. (2023). Terapi okupasi menggambar terhadap perubahan tanda dan gejala halusinasi pada pasien dengan gangguan persepsi sensori halusinasi di RSUD Tombulilato. *Medika Nusantara*, 1(2), 15–24. <https://doi.org/10.59680/medika.v1i2.268>
- Hidayati, N. O., Aprianti, F., & W. E. (2023). Kepatuhan minum obat pada pasien skizofrenia. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(6), 2609–2614. <https://doi.org/10.53625/jcijurnalcakrawalailmiah.v2i6.4942>
- Izati, N., Mardiana, N., & Fitri, N. (2025). Pengaruh terapi okupasi menggambar terhadap frekuensi halusinasi pada pasien dengan gangguan persepsi sensori. 6(September), 12239–12245.
- Laisina, Y., Hatala, T. N., & Ambon, K. (2022). Efektivitas pemberian terapi okupasi aktivitas waktu luang dalam mengontrol persepsi sensori halusinasi pendengaran. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(3), 597–602. <https://doi.org/10.26714/jkj.10.3.2022.597-602>
- Lalla, N. S. N. (2022). Penerapan terapi generalis pada pasien skizofrenia dengan masalah keperawatan halusinasi pendengaran. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kedokteran (JURRIKE)*, 1(1). <https://doi.org/10.55606/jurrike.v1i1.353>
- Meidilah, E., Ramadia, A., Astuti, E. M., et al. (2025). Pengaruh terapi seni menggambar pada pasien skizofrenia dengan halusinasi pendengaran di rumah sakit jiwa X. *Malahayati Nursing Journal*, 8(1), 91–100. <https://doi.org/10.31869/mm.v8i1.6935>
- Mustofa, M. B., Fitri, N. L., & Hasanah, U. (2022). Penerapan terapi menggambar pada pasien harga diri rendah. *Jurnal Cendikia Muda*, 2, 227–231. <https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/340>
- Oktaviani, S., Hasanah, U., & Utami, I. T. (2022). Penerapan terapi menghardik dan menggambar pada pasien halusinasi pendengaran. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(3), 407–415. <https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/365>
- Pradana, V. W., Dewi, N. R., & Fitri, N. L. (2023). Penerapan terapi okupasi menggambar terhadap tanda dan gejala pasien halusinasi pendengaran di Ruang Kutilang RSJD Provinsi Lampung. *Jurnal Cendikia Muda*, 3, 149–154.