Jurnal Sapta Mengabdi
ISSN: 2963-9921 (Online)
Volume 5, No 2 (79-82) Tahun 2025
Available Online at http://ojs.stikessaptabakti.ac.id/index.php/jsm

Penerapan Terapi Aktivitas Kelompok untuk Mengurangi Intensitas Halusinasi pada Pasien Gangguan Jiwa

Sutri Yani[1,*], Weni Sulastri[2], Nengke Puspitasari[3], Juanda Syafitasari[4], Poppy Siska Putri[5], Dimas Dewa Darma[6,]
[1,2,3,4,5,6] SEkolah Tinggi Ilmu Kesehatn Sapta Bakti, Jln Mahakam Raya No 16 Lingkar Barat Bengkulu, Bengkulu and Postcode, Indonesia
[1]yani.201012sy@gmail.com

Abstrak

Gangguan jiwa dengan gejala halusinasi masih menjadi permasalahan kesehatan mental yang berdampak signifikan terhadap fungsi sosial dan kualitas hidup pasien. Halusinasi yang tidak tertangani secara optimal dapat meningkatkan risiko perilaku maladaptif serta menghambat proses pemulihan. Salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis yang efektif adalah Terapi Aktivitas Kelompok (TAK), yang bertujuan meningkatkan kemampuan pasien dalam mengenali, mengendalikan, dan menurunkan intensitas halusinasi melalui interaksi sosial yang terstruktur. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk menerapkan Terapi Aktivitas Kelompok dalam upaya mengurangi intensitas halusinasi pada pasien gangguan jiwa. Metode yang digunakan meliputi pendidikan kesehatan, pelaksanaan TAK dengan pendekatan stimulasi persepsi dan realitas, serta evaluasi respons pasien sebelum dan sesudah intervensi. Kegiatan dilaksanakan pada pasien dengan halusinasi di fasilitas pelayanan kesehatan jiwa dengan melibatkan tenaga kesehatan dan mahasiswa keperawatan. Hasil pelaksanaan menunjukkan adanya penurunan intensitas halusinasi, peningkatan kemampuan pasien dalam mengontrol gejala, serta meningkatnya partisipasi dan interaksi sosial pasien selama kegiatan kelompok. Penerapan Terapi Aktivitas Kelompok terbukti bermanfaat sebagai strategi pendampingan keperawatan jiwa dan direkomendasikan untuk diterapkan secara berkelanjutan dalam pelayanan kesehatan mental berbasis komunitas.

1. PENDAHULUAN

Gangguan jiwa dengan gejala halusinasi masih menjadi permasalahan kesehatan mental yang sering ditemukan di fasilitas pelayanan kesehatan jiwa, baik di rumah sakit maupun layanan berbasis komunitas. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan melalui observasi dan diskusi dengan tenaga kesehatan jiwa, pasien dengan halusinasi pendengaran umumnya mengalami kesulitan dalam mengontrol stimulus internal, menarik diri dari lingkungan sosial, serta menunjukkan perilaku maladaptif yang dapat menghambat proses rehabilitasi. Penanganan yang selama ini dilakukan masih didominasi oleh terapi farmakologis, sementara intervensi keperawatan nonfarmakologis belum diterapkan secara optimal dan berkelanjutan.

Berbagai kajian literatur menunjukkan bahwa halusinasi merupakan gejala utama pada pasien dengan gangguan jiwa berat dan berdampak signifikan terhadap fungsi sosial, emosi, dan kualitas hidup pasien (Guyton A., et.al. 2012). Penelitian terdahulu melaporkan bahwa intervensi keperawatan berbasis psikososial, seperti terapi aktivitas, terapi realitas, dan terapi kelompok, mampu membantu pasien mengenali dan mengendalikan gejala halusinasi secara lebih adaptif (Esfahani MS., et.al. 2015). Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) khususnya dinilai efektif karena memfasilitasi

interaksi sosial, stimulasi persepsi, serta peningkatan kemampuan koping melalui kegiatan terstruktur yang dilakukan secara berkelompok (Sutoyo et.al. 2015). Namun demikian, sebagian besar penelitian sebelumnya lebih berfokus pada konteks klinis dan penelitian eksperimental, sementara penerapan TAK sebagai bentuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat masih relatif terbatas dan belum banyak dilaporkan secara sistematis.

Kebaruan ilmiah dari naskah ini terletak pada penerapan Terapi Aktivitas Kelompok sebagai intervensi keperawatan jiwa dalam konteks pengabdian kepada masyarakat yang terintegrasi dengan edukasi kesehatan, pendampingan pasien, serta evaluasi respons pasien terhadap intensitas halusinasi. Pendekatan ini tidak hanya berorientasi pada penurunan gejala, tetapi juga pada pemberdayaan pasien dan optimalisasi peran tenaga kesehatan serta mahasiswa keperawatan dalam pelayanan kesehatan jiwa berbasis komunitas.

Permasalahan yang dihadapi adalah masih tingginya intensitas halusinasi pada pasien gangguan jiwa serta belum optimalnya pemanfaatan Terapi Aktivitas Kelompok sebagai intervensi nonfarmakologis yang sistematis dan berkelanjutan. Oleh karena itu, diperlukan suatu kajian yang menggambarkan penerapan TAK secara nyata dan aplikatif dalam upaya menurunkan intensitas halusinasi pada pasien gangguan jiwa. Tujuan dari kajian naskah ini adalah untuk mendeskripsikan penerapan Terapi Aktivitas Kelompok dalam mengurangi intensitas halusinasi serta meningkatkan kemampuan kontrol gejala dan interaksi sosial pada pasien gangguan jiwa.

2. BAHAN DAN METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan deskriptif aplikatif dengan fokus pada penerapan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) sebagai intervensi keperawatan jiwa untuk mengurangi intensitas halusinasi pada pasien gangguan jiwa. Kegiatan dilaksanakan di fasilitas pelayanan kesehatan jiwa dengan sasaran pasien yang mengalami halusinasi, khususnya halusinasi pendengaran. Subjek kegiatan dipilih berdasarkan kriteria inklusi, yaitu pasien dengan diagnosis gangguan jiwa yang disertai gejala halusinasi, kondisi klinis stabil, mampu berkomunikasi verbal, dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Kriteria eksklusi meliputi pasien dengan kondisi akut, agitasi berat, atau gangguan kognitif berat yang menghambat partisipasi dalam kegiatan kelompok.

Bahan yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi modul Terapi Aktivitas Kelompok, lembar edukasi kesehatan jiwa, alat tulis, media visual sederhana, serta instrumen pengukuran intensitas halusinasi berupa lembar observasi dan wawancara terstruktur yang digunakan oleh perawat. Instrumen ini mencakup aspek frekuensi, durasi, dan respons pasien terhadap halusinasi sebelum dan sesudah pelaksanaan terapi.

Metode pelaksanaan terdiri dari beberapa tahap, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap persiapan dilakukan koordinasi dengan pihak fasilitas pelayanan kesehatan, identifikasi pasien sasaran, penyusunan jadwal kegiatan, serta penyiapan media dan materi terapi. Tahap pelaksanaan meliputi pemberian edukasi kesehatan mengenai halusinasi dan cara mengontrolnya, dilanjutkan dengan pelaksanaan Terapi Aktivitas Kelompok yang mencakup stimulasi persepsi, orientasi realitas, latihan pengalihan perhatian, dan aktivitas sosial terstruktur. Terapi dilaksanakan secara berkelompok dengan pendampingan tenaga kesehatan dan mahasiswa keperawatan.

Tahap evaluasi dilakukan dengan membandingkan respons pasien terhadap intensitas halusinasi sebelum dan sesudah intervensi TAK. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan perubahan intensitas halusinasi, kemampuan kontrol gejala, serta partisipasi dan interaksi sosial pasien selama kegiatan. Hasil evaluasi digunakan sebagai dasar penilaian efektivitas penerapan Terapi Aktivitas Kelompok dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa penerapan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) memberikan dampak positif terhadap penurunan intensitas halusinasi pada pasien gangguan jiwa. Penurunan intensitas halusinasi yang ditandai dengan berkurangnya frekuensi dan durasi halusinasi serta meningkatnya kemampuan pasien dalam mengendalikan gejala menunjukkan bahwa TAK memiliki makna klinis yang penting sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis. Temuan ini mengindikasikan bahwa stimulasi psikososial yang diberikan melalui aktivitas kelompok mampu membantu pasien mengalihkan perhatian dari stimulus internal menuju stimulus eksternal yang lebih adaptif.

Secara teoretis, halusinasi terjadi akibat gangguan dalam proses persepsi dan integrasi stimulus, sehingga pasien kesulitan membedakan antara realitas dan pengalaman sensorik internal (Guyton A., et.al. 2012). Terapi Aktivitas Kelompok bekerja dengan memberikan stimulasi persepsi dan orientasi realitas secara berulang melalui interaksi sosial dan aktivitas terstruktur. Proses ini membantu pasien melatih kemampuan kognitif dan afektif dalam mengenali serta mengontrol halusinasi, sehingga intensitas gejala dapat berkurang. Selain itu, dinamika kelompok memberikan dukungan sosial yang berperan dalam menurunkan kecemasan dan perasaan terisolasi yang sering memperberat gejala halusinasi.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa intervensi keperawatan berbasis kelompok efektif dalam meningkatkan kemampuan kontrol halusinasi dan fungsi sosial pasien gangguan jiwa (Esfahani MS., et.al. 2015). Penelitian lain juga melaporkan bahwa terapi aktivitas yang dilakukan secara terstruktur dapat meningkatkan partisipasi pasien, memperbaiki pola komunikasi, serta menurunkan perilaku maladaptif (Sutoyo et.al. 2015). Kesamaan hasil tersebut menunjukkan bahwa TAK memiliki konsistensi efektivitas baik dalam konteks penelitian klinis maupun dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat.

Makna lain dari hasil kegiatan ini adalah meningkatnya interaksi sosial dan keterlibatan aktif pasien selama terapi berlangsung. Hal ini mendukung konsep keperawatan jiwa yang menekankan pendekatan holistik dan partisipatif, di mana pasien tidak hanya menjadi objek perawatan, tetapi juga subjek aktif dalam proses pemulihan. Dibandingkan dengan terapi farmakologis yang berfokus pada pengendalian gejala secara biologis, TAK memberikan kontribusi tambahan dalam aspek psikososial yang sangat dibutuhkan oleh pasien gangguan jiwa.

Dengan demikian, penerapan Terapi Aktivitas Kelompok memiliki implikasi praktis yang kuat sebagai strategi pendamping dalam pelayanan keperawatan jiwa. Meskipun hasil yang diperoleh bersifat deskriptif dan terbatas pada jumlah peserta serta durasi kegiatan, temuan ini memperkuat bukti bahwa TAK layak diterapkan secara rutin dan berkelanjutan. Pengembangan program TAK yang terintegrasi dengan layanan kesehatan jiwa berbasis komunitas diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup pasien gangguan jiwa dan mendukung proses pemulihan jangka panjang.

4. SIMPULAN

Penerapan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terbukti memberikan manfaat positif dalam menurunkan intensitas halusinasi pada pasien gangguan jiwa. Pelaksanaan TAK mampu meningkatkan kemampuan pasien dalam mengenali dan mengendalikan gejala halusinasi, serta mendorong peningkatan partisipasi dan interaksi sosial yang lebih adaptif. Terapi ini juga berperan sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis yang efektif dan aplikatif dalam mendukung proses pemulihan pasien gangguan jiwa.

Selain memberikan dampak pada pasien, kegiatan ini turut meningkatkan peran tenaga kesehatan dan mahasiswa keperawatan dalam penerapan asuhan keperawatan jiwa yang holistik dan berbasis komunitas. Dengan demikian, Terapi Aktivitas Kelompok direkomendasikan untuk diterapkan secara berkelanjutan sebagai bagian dari pelayanan keperawatan jiwa, baik di fasilitas

pelayanan kesehatan maupun dalam program pengabdian kepada masyarakat, guna meningkatkan kualitas hidup pasien gangguan jiwa.

5. DAFTAR PUSTAKA

Esfahani MS., Khoshknab MF., Mohammadi E., and Ahmadi F. 2015. Effect of group activity therapy on controlling hallucinations in patients with schizophrenia. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 20(3): 350–356.

Guyton A., and Hall J.E. 2012. *Textbook of Medical Physiology*. 12th ed. Philadelphia: Elsevier Saunders.

Nia G. 2015. *Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok terhadap Kemampuan Mengontrol Halusinasi pada Pasien Skizofrenia*. Tesis. Fakultas Keperawatan, Universitas Indonesia.

Sutoyo., Wuryaningsih EW., and Keliat BA. 2015. Penerapan terapi aktivitas kelompok pada pasien halusinasi di rumah sakit jiwa. *Prosiding Seminar Nasional Keperawatan Jiwa*, Jakarta.

Townsend MC. 2014. *Psychiatric Mental Health Nursing: Concepts of Care in Evidence-Based Practice*. 7th ed. Philadelphia: F.A. Davis Company.

Videbeck SL. 2017. *Psychiatric–Mental Health Nursing*. 6th ed. Philadelphia: Wolters Kluwer.