



MELATIH BERCAKAP-CAKAP PADA ORANG DENGAN GANGGUAN JIWA UNTUK MENGONTROL HALUSINASI

^{1*)} Ira Kusumawaty, ²⁾Yunike, ³⁾Abdul Gani

⁽¹⁾⁽²⁾⁽³⁾Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Palembang

*Email: irakusumawaty@poltekkespalembang.ac.id

ABSTRAK

Sebagai bentuk gangguan persepsi sensori, halusinasi pendengaran menimbulkan berbagai kompleksitas permasalahan bagi penderita dan beban emosi serta ekonomi keluarga yang berkepanjangan. Diperlukan peningkatan kemampuan penderita dalam mengontrol halusinasi dengan cara bercakap-cakap agar penderita mampu beradaptasi dan menjalani aktivitas sehari-hari secara mandiri. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) dalam bercakap-cakap sehingga dapat mengontrol halusinasinya. Metoda pelaksanaan kegiatan pengabdian meliputi melatih dan mendampingi penderita melalui tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Penggunaan media audiovisual serta metoda ceramah interaktif dan demonstrasi diupayakan untuk mengedukasi dan mendampingi penderita dalam menghardik halusinasi. Mitra dalam pengabdian ini adalah enam penderita yang ditampung di tempat penampungan gelandangan di Sumatera Selatan. Secara bergantian, mereka dilatih satu persatu untuk bercakap-cakap sambil memperagakannya kembali beberapa kali. Evaluasi kegiatan dilakukan melalui observasi serta menanyakan perasaan penderita setelah dilatih bercakap-cakap. Hasil kegiatan pengabdian memberikan hasil adanya peningkatan kemampuan penderita dalam bercakap-cakap sebagai upaya untuk mendistraksi halusinasi. Memberdayakan penderita yang dilakukan secara berkesinambungan dapat membantu mengubah perilaku penderita melalui upaya pembiasaan diri dalam rangka membentuk perilaku baru.

Kata kunci: bercakap-cakap, halusinasi, mengontrol, orang dengan gangguan jiwa

ABSTRACT

As a form of sensory perception disorder, auditory hallucinations cause various complexities of prolonged emotional and economic burdens on the family. It is necessary to increase the patient's ability to expel hallucinations by conversing so that the patient is able to adapt and carry out daily activities independently. This community service activity aims to improve the ability of people with mental disorders (ODGJ) in conversing so that they can control their hallucinations. The method of implementing community service activities includes preparation, implementation and evaluation. The use of audiovisual media as well as interactive lectures and demonstration methods are sought to educate and assist sufferers in rebuking hallucinations. Partners in this service are six sufferers who are accommodated in a homeless shelter in South Sumatra. Alternately, they were trained one by one to speak while reenacting it several times. Evaluation of activities is carried out through observation and asking the patient's feelings after being trained in conversation. The results of the service activity resulted in an increase in the patient's ability to converse as an effort to distract hallucinations. Empowering patients who are carried out on an ongoing basis can help change the behavior of sufferers through self-habituation efforts in order to form new behaviors.

Keywords: conversing, hallucinations, controlling, people with mental disorders.

PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa tidak dapat diabaikan dan sangat berpengaruh terhadap produktivitas

maupun kualitas hidup seseorang. Merujuk pada hasil riset terdahulu, provinsi Sumatera Selatan berada pada urutan kesembilan pada level nasional (Ministry of Health of Republic

Indonesia, 2019). Hal ini tentunya tidak dapat dipandang sebelah mata. Permasalahan gangguan jiwa yang paling sering dialami adalah halusinasi pendengaran (Fossen & Stoeckel, 2016; Stuart Gail W, 2019). Penderita halusinasi mengalami ketidaktepatan dalam mempersepsikan stimulus atau obyek yang sebenarnya tidak nyata, namun dianggap nyata (Hammett et al., 2020). Individu maupun keluarga merasakan beban secara emosional maupun finansial dan sosial. Ketidakmampuan untuk membedakan antara dunia nyata dengan dunia khayalannya mengakibatkan penderita tidak dapat berorientasi terhadap realita dengan baik. Salah satu tindakan untuk mengontrol halusinasi adalah bercakap-cakap dengan orang lain (Maulana et al., 2021; Yanti et al., 2020). Upaya ini bertujuan untuk mendistraksi sehingga penderita tidak berfokus pada halusinasinya (Fossen & Stoeckel, 2016; Mabala et al., 2019; Sepalanita & Khairani, 2019).

Kehidupan menggelandang seringkali dialami penderita karena keluarga terbebani dan dianggap memalukan maka keluarga mengabaikan keberadaan mereka. Stigma dan cemoohan lingkungan semakin membuat kehidupan penderita dan keluarganya menjadi terpuruk (Astuti et al., 2020; Grover et al., 2017; Kusumawaty, Yunike & Erman, 2019; Pitayanti & Hartono, 2020). Mengedukasi dan mendampingi penderita yang hidup menggelandang merupakan hal yang tidak sederhana dan menjadi keharusan untuk dilaksanakan.

Salah satu tempat penampungan penderita gangguan jiwa saat ini memberikan perawatan terhadap 80 gelandangan yang mayoritas terganggu kondisi kejiwaannya dan dikelola hanya oleh 4 perawat. Fasilitas yang tersedia di tempat penampungan cukup memadai untuk dapat dimanfaatkan oleh para penghuni. Tampak terlihat beberapa penderita berkumpul dan tersenyum sendiri, seolah sedang berkomunikasi dengan orang lain. Aktivitas sehari-hari penghuni tempat penampungan adalah membersihkan kamar,

menyiapkan makanan dan membersihkan diri, tidak ada aktivitas lain yang dilakukan oleh penghuni tempat penampungan. Berbagai kondisi tersebut, melatarbelakangi urgensi pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Diperlukan peningkatan perhatian serta edukasi terhadap penderita gangguan jiwa agar dapat dengan segera memperbaiki kondisi kejiwaannya.

METODE

Pelaksanaan mengedukasi dan pendampingan ini dilaksanakan dengan menyiapkan peserta, dimulai dari kegiatan mengedukasi dengan cara memberikan penjelasan, memanfaatkan banner dan membagikan leaflet edukasi. Selanjutnya pelaksana kegiatan mendemonstrasikan cara melakukan bercakap-cakap dan terakhir meminta penghuni untuk melakukan *role play* atau mendemonstrasikan cara bercakap-cakap. Secara rinci berikut disampaikan tiga tahap pelaksanaannya.

Pada tahap persiapan, pelaksana kegiatan menghubungi dan berkoordinasi bersama pengurus tempat penampungan. Penyediaan banner, leaflet juga sudah dilaksanakan 1 minggu menjelang pelaksanaan kegiatan. Observasi lapangan dilakukan untuk memastikan ketepatan pemilihan lokasi pengabdian. Penentuan peserta edukasi pada tahap ini disepakati bersama pengelola dengan memperhatikan kemampuan penderita untuk kooperatif, agar dapat lebih mengajarkan cara menghardik halusinasi melalui bercakap-cakap.

Pada tahap pelaksanaan, pemberian penjelasan serta demonstrasi dalam kelompok terlebih dahulu, kemudian dilanjutkan terhadap perorangan. Peserta yang berjumlah 6 penderita memperoleh kesempatan sama dalam mempelajari cara berbincang-bicang untuk mengontrol halusinasi. Pemberian materi didahului dengan mengajukan pertanyaan tentang pengalaman sebelumnya pada saat halusinasi pendengarannya muncul. Pelaksana pengabdian mengajukan pertanyaan tentang waktu dan suara yang didengar oleh peserta walaupun kenyataannya suara tersebut tidak

ada. Rangkaian kegiatan dilanjutkan dengan memberikan penjelasan mengenai halusinasi, dampak ketidakmampuan mengontrol halusinasi serta materi berbincang-bicang sebagai upaya mendistraksi fokus perhatian. Penjelasan diulangi beberapa kali agar peserta memahami dan mampu mengulanginya. Setelah pelaksana mengakhiri penjelasannya, diteruskan dengan mempraktikkan bercakap-cakap secara berpasangan dan bergantian diantara peserta. Pengaturan pasangan saat melatih bercakap-cakap ditentukan sesuai kesepakatan bersama penderita. Kegiatan melatih bercakap-cakap diawali bersama pelaksana pengebdian masyarakat dan kemudian dilanjutkan dengan cara bercakap bersama teman, sebanyak tiga kali hingga penderita mampu menampilkan yang terbaik saat bercakap-cakap. Dalam pelaksanaan kegiatan ini, dua orang pengelola turut mendampingi.

Tahap evaluasi merupakan tahap penilaian atas keberhasilan mempraktikkan cara bercakap-cakap agar perhatian penderita tidak terfokus pada halusinasinya. Mengobservasi sekaligus memberikan penilaian terhadap tampilan peserta saat bercakap-cakap dilakukan dengan mengacu pada format observasi. Peserta pun diminta untuk merefleksikan perasaannya setelah selesai melatih dirinya bercakap-cakap. Disamping itu peserta diberi kesempatan untuk menanggapi percakapan yang telah dialami bersama temannya.

HASIL

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di tempat penampungan gelandangan di kota Palembang, berlangsung selama 2 hari, tanggal 11 dan 12 Oktober 2021, diikuti 6 peserta dan didampingi pengelola tempat penampungan. Kegiatan dilaksanakan dengan memberikan pendidikan kesehatan dalam rangka mengedukasi dan mendampingi penderita melalui diskusi dan demonstrasi. Materi disampaikan pelaksana dengan menggunakan banner dan leaflet. Penyajian materi yang diberikan meliputi

pengertian halusinasi, tanda dan gejala, dampak, cara mengatasi. Selain itu metode demonstrasi dilakukan agar peserta memperoleh gambaran kongkrit dan mendemonstrasikan ulang tentang cara bercakap-cakap. Berdasarkan hasil observasi diketahui terjadinya peningkatan kemampuan penderita dalam mengontrol halusinasinya, tabel berikut memperlihatkan hasil observasi tersebut.

Tabel 1.
Kemampuan Peserta dalam Bercakap-cakap

No.	Peserta	Kemampuan peserta	
		Sebelum dilatih	Setelah dilatih
1.	A	25%	80%
2.	B	20%	75%
3.	C	20%	75%
4.	D	30%	80%
5.	E	25%	80%
6.	F	20%	75%

Selanjutnya disampaikan foto suasana di tempat penampungan serta saat pelaksanaan kegiatan pengabdian.



Gambar 1 Berinteraksi bersama penderita halusinasi



Gambar 3 dan 4 Melatih penderita bercakap-cakap

PEMBAHASAN

Enam ODGJ yang menjadi peserta kegiatan pengabdian menceritakan bahwa mereka sesekali mendengar suara atau bunyi yang mengajaknya berkomunikasi sesuai hasil observasi pelaksana. Selanjutnya setelah pelaksanaan pengabdian menunjukkan adanya peningkatan prosentase kompetensi peserta dalam bercakap-cakap sebagai upaya untuk mengontrol halusinasi. Sebagai strategi dalam mengontrol halusinasi, aktivitas bercakap-cakap mutlak untuk dikuasai agar penderita tetap dapat membedakan antara stimulus nyata dan yang tidak nyata. Terapi bercakap-cakap merupakan salah satu bentuk implementasi yang efektif dalam membantu penderita dalam mengatasi halusinasi yang mengusik kehidupannya (Reliani, 2015; Stuart Gail W, 2019). Terjadinya penurunan intensitas halusinasi dapat dicegah dengan cara menganjurkan pasien melaksanakan bercakap-cakap (Donner & Wiklund Gustin, 2020). Proses distraksi akan terjadi ketika seseorang atau penderita berkomunikasi dengan orang lain (Stuart Gail W, 2019; Sustrami et al., 2018). Secara tanpa disadari, perhatian penderita tidak lagi terfokus pada halusinasi tetapi beralih perhatiannya ke percakapan. Kemampuan penderita dalam bersosialisasi berpeluang dapat ditingkatkan dengan adanya latihan bercakap-cakap ini, karena ternyata bercakap-cakap dapat menumbuhkan dan meningkatkan kepercayaan diri penderita untuk berinteraksi dengan orang lain (Ibrahim & Devesh, 2019).

Pujian diberikan pelaksana kepada penderita mampu memperlihatkan kemampuan berkomunikasi atau bercakap-cakap sesuai dengan perilaku yang diharapkan. Pujian merupakan komponen penting bagi orang dengan gangguan jiwa, karena dapat meningkatkan rasa harga diri dan kepercayaan diri. Tumbuhnya perasaan semakin percaya diri dan merasa dihargai, berdampak meningkatkan memotivasi mereka untuk mengulangi kembali kegiatan yang dilatihkan (Kasschau, Richard, 2003; Moksnes & Reidunsdatter, 2019;

Rodríguez-Hidalgo et al., 2020). Praktik bercakap-cakap dilatih secara bergantian, berpasangan dan saling memberikan penilaian tentang isi percakapan. Upaya melakukan refleksi dilakukan agar penderita bisa mengungkapkan perasaannya setelah melaksanakan praktik tersebut (Söderberg et al., 2017). Dalam pelaksanaannya, sangat penting untuk memberikan penghargaan atas usaha keras penderita hingga mampu bercakap-cakap dan berinteraksi, serta mencatatkannya dalam lembar kegiatan harian. Dukungan antar penderita juga nampak dengan diperlihatkannya antusiasme saat salah satu peserta mendemonstrasikan cara bercakap-cakap bersama penderita lainnya. .

SIMPULAN

Melatih orang dengan gangguan jiwa untuk bercakap-cakap dalam upaya mengontrol halusinasinya menjadi hal yang sangat penting. Terjadinya proses distraksi sebagai akibat penerapan metode bercakap-cakap dapat meminimalisir frekuensi munculnya halusinasi. Kesenambungan melatih bercakap-cakap perlu diupayakan agar kemampuan penderita dalam beradaptasi serta memandirikan mereka dapat ditingkatkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, R. P., Reong, A. R., Fiddaroini, F. N., & Budiman, M. E. A. (2020). Prevention of the Stigma of Mental Disorders in the Community. *Jurnal Ners*, 14(3), 165. <https://doi.org/10.20473/jn.v14i3.16958>
- Donner, L., & Wiklund Gustin, L. (2020). Navigating between Compassion and Uncertainty—Psychiatric Nurses’ Lived Experiences of Communication with Patients Who Rarely Speak. *Issues in Mental Health Nursing*, 42(4), 307–316. <https://doi.org/10.1080/01612840.2020.1793246>
- Fossen, P., & Stoeckel, P. R. (2016). Nursing students’ perceptions of a hearing voices simulation and role-play: Preparation for mental health clinical practice. *Journal of*

- Nursing Education*, 55(4), 203–208. <https://doi.org/10.3928/01484834-20160316-04>
- Grover, S., Avasthi, A., Singh, A., Dan, A., Neogi, R., Kaur, D., Lakdawala, B., Rozatkar, A. R., Nebhinani, N., Patra, S., Sivashankar, P., Subramanyam, A. a., Tripathi, A., Gania, A. M., Singh, G. P., & Behere, P. (2017). Stigma experienced by caregivers of patients with severe mental disorders: A nationwide multicentric study. *International Journal of Social Psychiatry*, 63(5), 407–417. <https://doi.org/10.1177/0020764017709484>
- Hammett, E. K., Fernandez-Carbonell, C., Crayne, C., Boneparth, A., Cron, R. Q., & Radhakrishna, S. M. (2020). Adolescent Sjogren's syndrome presenting as psychosis: A case series. *Pediatric Rheumatology*, 18(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12969-020-0412-8>
- Ibrahim, O., & Devesh, S. (2019). Implication of public speaking anxiety on the employability of Omani graduates. *Journal of Teaching and Learning for Graduate Employability*, 10(2), 122–135. <https://doi.org/10.21153/JTLGE2019VOL10NO2ART861>
- Kasschau, Richard, A. (2003). *Understanding Psychology* (R. Foore & J. Matiya (eds.)). Mc Graw Hill.
- Kusumawaty, I., & Erman, I. (2019). *The complexity of family stigma living with mental illness patients*. 8(4).
- Mabala, J., van der Wath, A., & Moagi, M. (2019). Newly qualified nurses' perceptions of working at mental health facilities: A qualitative study. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 26(5–6), 175–184. <https://doi.org/10.1111/jpm.12525>
- Maulana, I., Hernawati, T., & Shalahuddin, I. (2021). Pengaruh terapi aktivitas kelompok terhadap penurunan tingkat halusinasi pada pasien skizofrenia: literature review. *Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok Terhadap Penurunan Tingkat Halusinasi Pada Pasien Skizofrenia: Literature Review*, 9(1), 153–160.
- Ministry of Health of Republic Indonesia. (2019). Indonesia Health Profile 2018. *Profil Kesehatan Provinsi Bali*.
- Moksnes, U. K., & Reidunsdatter, R. J. (2019). Self-esteem and mental health in adolescents - level and stability during a school year. *Norsk Epidemiologi*, 28(1–2), 59–67. <https://doi.org/10.5324/nje.v28i1-2.3052>
- Pitayanti, A., & Hartono, A. (2020). Sosialisasi Penyakit Skizofrenia Dalam Rangka Mengurangi Stigma Negatif Warga Di Desa Tambakmas Kebonsari-Madiun. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(2), 300–303. <http://jceh.orghttps://doi.org/10.30994/jceh.v3i2.83>
- Reliani, U. (2015). Pelaksanaan Teknik Mengontrol Halusinasi: kemampuan klien skizofrenia mengontrol halusinasi. *The Sun*, 2(1), 68–73.
- Rodríguez-Hidalgo, A. J., Mero, O., Solera, E., Herrera-López, M., & Calmaestra, J. (2020). Prevalence and psychosocial predictors of cyberaggression and cybervictimization in adolescents: A Spain-Ecuador transcultural study on cyberbullying. *PLoS ONE*, 15(11 November), 1–18. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0241288>
- Sepalanita, W., & Khairani, W. (2019). Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok dengan Stimulasi Persepsi terhadap Kemampuan Mengontrol Halusinasi pada Pasien Skizofrenia. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 19(2), 426. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v19i2.690>
- Söderberg, A., Sundbaum, J. K., & Engström, Å. (2017). Nursing Students' Reflections After Meetings With Patients and Their Relatives Enacted by Professional Actors: Being Touched and Feeling Empathy. *Issues in Mental Health Nursing*, 38(2),

139–144.

<https://doi.org/10.1080/01612840.2016.1251517>

Stuart Gail W. (2019). *Principles And Practice Of Psychiatric Nursing*.

Sustrami, D., Ayu, S., & Kirana, C. (2018). Kelompok Stimulasi Persepsi Halusinasi (Nursing Capability Improvement on Hallucinations Perceptual Stimulation Activity Therapy). *Nursing Capability Improvement on Hallucination Perceptual Stimulation Activity Therapy*, 6.

file:///C:/Users/tes/Downloads/document (1).pdf

Yanti, D. A., Karokaro, T. M., Sitepu, K., . P., & Br Purba, W. N. (2020). Efektivitas Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Halusinasi Pada Pasien Halusinasi Pendengaran Di Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr.M. Ildrem Medan Tahun 2020. *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (Jkf)*, 3(1), 125–131. <https://doi.org/10.35451/jkf.v3i1.527>