

Penerapan Teknik Menghardik Dalam Mengontrol Halusinasi Pendengaran Pada Pasien Skizofrenia Di Ruang Anggrek RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo

Eliana Nuraeni¹, Ita Apriliyani²

^{1,2} Universitas Harapan Bangsa

Email: eliana.nuraeni29@gmail.com

Abstrak

Halusinasi pendengaran merupakan salah satu gangguan persepsi sensori yang paling sering dialami pasien skizofrenia dan dapat memengaruhi proses berpikir, emosi, perilaku, serta kemampuan pasien dalam mengontrol diri. Kondisi tersebut dapat menimbulkan dampak negatif seperti perilaku agresif, ketakutan berlebihan, hingga risiko mencederai diri sendiri maupun orang lain sehingga diperlukan intervensi yang tepat untuk membantu pasien mengontrol halusinasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas teknik menghardik dalam membantu mengontrol halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia. Penelitian menggunakan desain studi kasus deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan jiwa pada satu pasien skizofrenia yang mengalami gangguan persepsi sensori: halusinasi pendengaran. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, pemeriksaan status mental, pemeriksaan fisik, dan studi dokumentasi selama tiga hari pada tanggal 09–12 Maret 2026. Intervensi yang diberikan meliputi teknik menghardik, komunikasi terapeutik, dan terapi spiritual berupa zikir. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kemampuan pasien dalam mengontrol halusinasi yang ditandai dengan menurunnya respons terhadap stimulus internal, berkurangnya perilaku berbicara sendiri, meningkatnya orientasi realita, serta kondisi pasien yang lebih tenang dan kooperatif. Teknik menghardik efektif digunakan sebagai intervensi keperawatan jiwa dalam membantu pasien mengontrol halusinasi pendengaran terutama apabila didukung dengan pendekatan spiritual dan hubungan terapeutik yang baik.

Kata kunci: halusinasi pendengaran, skizofrenia, teknik menghardik, terapi spiritual

Abstract

Auditory hallucinations are one of the most common sensory perception disorders experienced by patients with schizophrenia and may affect thought processes, emotions, behavior, and self-control. This condition can lead to negative impacts such as aggressive behavior, excessive fear, and the risk of self-harm or harming others, therefore appropriate interventions are needed to help patients control hallucinations. This study aimed to determine the effectiveness of the commanding technique in controlling auditory hallucinations in patients with schizophrenia. The study used a descriptive case study design with a psychiatric nursing care approach in one schizophrenia patient experiencing sensory perception disorders: auditory hallucinations. Data collection was conducted through observation, interviews, mental status examination, physical examination, and documentation studies for three days from March 09–12, 2026. The interventions provided included the commanding technique, therapeutic communication, and spiritual therapy in the form of dzikir. The results showed an improvement in the patient's ability to control hallucinations, indicated by decreased responses to internal stimuli, reduced self-talking behavior, improved reality orientation, and calmer and more cooperative behavior. The commanding technique is effective as a psychiatric nursing intervention to help patients control auditory hallucinations, especially when supported by spiritual approaches and good therapeutic relationships.

Keywords: auditory hallucinations, schizophrenia, commanding technique, spiritual therapy

1. PENDAHULUAN

Gangguan jiwa merupakan penyakit akibat gangguan dalam berpikir, persepsi dan perilaku, karena ketidakmampuan seseorang untuk menyesuaikan diri dengan dirinya sendiri, orang lain, masyarakat dan lingkungan (Pamungkas et al., 2025). Adapun gangguan jiwa dapat dibedakan menjadi lima jenis yaitu depresi, gangguan bipolar, skizofrenia, demensia dan gangguan tumbuh kembang. Jenis gangguan jiwa yang menjadi salah satu permasalahan kesehatan utama adalah Skizofrenia (Rahim et al., 2024). Menurut data yang dirilis oleh *World*

Health Organization (WHO) pada tahun (2022), diprediksi bahwa sekitar 23 juta individu mengalami skizofrenia. Menurut hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI), tingkat kejadian depresi di Indonesia mencapai 1,4% pada tahun 2023. Prevalensi tertinggi ditemukan pada kelompok usia muda (15-24 tahun) dengan presentase sebesar 2% (Jannah et al., 2024).

Skizofrenia adalah gangguan mental berat yang ditandai dengan berkurangnya atau tidak adanya kemampuan berkomunikasi, perubahan realitas (halusinasi atau waham), emosi yang salah atau tumpul, gangguan berpikir (ketidakmampuan berpikir abstrak) dan kesulitan melakukan tugas sehari-hari (Rodin et al., 2024). Salah satu ciri khas pasien Skizofrenia yaitu pasien hidup dalam dunianya sendiri dengan halusinasi yang berlebihan (Rahim et al., 2024). Berdasarkan laporan *World Health Organization* (WHO) tahun 2022, jumlah penderita skizofrenia di seluruh dunia diperkirakan mencapai sekitar 24 juta orang, yang menunjukkan adanya peningkatan kasus secara signifikan dari tahun-tahun sebelumnya. Di tingkat nasional, laporan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) tahun 2023 mencatat prevalensi gangguan kesehatan jiwa mencapai 630.827 jiwa. Dari total tersebut, Provinsi Jawa Barat menempati urutan pertama dengan 113.568 kasus (18%), disusul Jawa Timur sebanyak 97.746 kasus (15,5%), serta Jawa Tengah dengan 86.668 kasus (13,7%) (Latifah & Sulistyowati, 2025).

Halusinasi merupakan bentuk paling sering dari gangguan sensori persepsi dimana pasien yang mengalami halusinasi biasanya merasakan sensori palsu berupa suara, penglihatan, pengecapan, perabaan atau pembauan. Ada beberapa jenis halusinasi pada pasien gangguan jiwa sekitar 70% adalah halusinasi pendengaran, 20% halusinasi penglihatan, 10% adalah halusinasi pengecapan dan halusinasi perabaan. Halusinasi yang paling banyak dialami pasien Skizofrenia adalah halusinasi pendengaran (Pamungkas et al., 2025). Halusinasi pendengaran merupakan salah satu gangguan jiwa individu yang ditandai dengan perubahan sensorik persepsi, penderita sebenarnya mengalami distorsi sensori dan merasakan sensasi palsu dalam bentuk suara (Anam & Zaini, 2024).

Dampak yang dapat di timbulkan oleh seseorang yang mengalami halusinasi pendengaran yaitu kehilangan kontrol dirinya dan perilakunya dapat dikendalikan oleh halusinasi yang didengar pasien, sehingga pasien akan mengalami kepanikkan, histeria, merasa lemah, tidak mampu mencapai tujuan, ketakutan yang berlebih, hingga memiliki pemikiran yang buruk contohnya melakukan bunuh diri (suicide), membunuh orang lain dan merusak lingkungan sekitar (Rahim et al., 2024). Untuk mengatasi masalah halusinasi pendengaran dapat diatasi dengan cara melakukan tindakan teknik menghardik yang merupakan salah satu upaya mengendalikan diri terhadap halusinasi dengan cara menolak halusinasi yang muncul. Upaya ini dilakukan bertujuan untuk mengusir halusinasi yang dialami dengan cara menolak halusinasi yang muncul dan terapi menghardik sangat efektif menurunkan tanda gejala halusinasi serta mampu meningkatkan kemampuan pasien dalam mengontrol halusinasi (Endriyani et al., 2022).

Teknik ini dapat digunakan sebagai salah satu upaya untuk mengendalikan halusinasi dengan menolak halusinasi yang muncul, klien dilatih untuk mengatakan tidak terhadap halusinasi yang muncul atau tidak memperdulikan halusinasinya. Penanganan selanjutnya yang bisa dilakukan pada pasien halusinasi supaya tidak terjadi risiko berlanjut akan dilakukan dengan melakukan dzikir (Rohani et al., 2025). Penelitian ini sejalan dengan Labina et al., (2022) yang menunjukkan bahwa teknik distraksi (awing distraction) merupakan salah satu intervensi keperawatan yang efektif dalam membantu mengontrol halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia. Teknik ini dilakukan dengan mengalihkan perhatian pasien dari halusinasi menuju stimulus yang lebih adaptif sehingga pasien tidak berfokus pada suara yang tidak nyata. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya penurunan frekuensi dan intensitas halusinasi

setelah penerapan teknik distraksi serta peningkatan kemampuan pasien dalam mengendalikan respons terhadap halusinasi. Teknik ini memiliki prinsip yang sejalan dengan teknik menghardik, yaitu sama-sama bertujuan untuk mengalihkan atau menolak stimulus halusinasi sehingga pasien dapat lebih mampu mengontrol halusinasi yang dialaminya.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan jiwa pada pasien dengan diagnosis medis skizofrenia yang mengalami gangguan persepsi sensori berupa halusinasi pendengaran. Studi kasus ini bertujuan untuk menggambarkan secara sistematis proses asuhan keperawatan mulai dari pengkajian hingga evaluasi. Subjek penelitian adalah satu orang pasien Ny. S berusia 50 tahun yang dirawat di ruang Anggrek RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo dengan diagnosis medis skizofrenia. Pemilihan subjek dilakukan secara purposive berdasarkan kriteria pasien yang mengalami halusinasi pendengaran.

Pengumpulan data dilakukan selama tiga hari, yaitu pada tanggal 09–12 Maret 2026. Teknik pengumpulan data meliputi observasi langsung untuk menilai perilaku pasien, seperti berbicara sendiri dan respons terhadap stimulus internal, wawancara terstruktur kepada pasien untuk memperoleh data subjektif mengenai pengalaman halusinasi dan kondisi psikologis pasien, wawancara dengan keluarga untuk melengkapi informasi terkait riwayat penyakit dan perilaku pasien, serta studi dokumentasi melalui rekam medis dan catatan keperawatan. Selain itu, dilakukan pemeriksaan fisik dan pemeriksaan status mental untuk mengetahui kondisi umum dan psikologis pasien.

Prosedur penelitian dilakukan melalui tahapan proses keperawatan yang meliputi pengkajian, penegakan diagnosis keperawatan, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Diagnosis keperawatan yang ditegakkan meliputi gangguan persepsi sensori: halusinasi pendengaran, waham, dan koping tidak efektif. Instrumen penelitian yang digunakan berupa format asuhan keperawatan jiwa, lembar observasi respons pasien, dan catatan harian tindakan keperawatan. Intervensi utama yang diberikan adalah teknik menghardik (Strategi Pelaksanaan 1), yaitu melatih pasien menolak halusinasi secara verbal dan tegas saat halusinasi muncul. Evaluasi dilakukan berdasarkan penurunan frekuensi halusinasi, berkurangnya perilaku berbicara sendiri, meningkatnya orientasi realita, serta kemampuan pasien dalam mengontrol halusinasi secara mandiri. Seluruh proses penelitian dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip etik penelitian melalui penerapan *informed consent* dan menjaga kerahasiaan identitas pasien.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pelaksanaan asuhan keperawatan jiwa pada Ny. S dengan diagnosis medis skizofrenia menunjukkan adanya tiga masalah utama yaitu gangguan persepsi sensori: halusinasi pendengaran, waham, dan koping tidak efektif. Ketiga masalah tersebut muncul berdasarkan data subjektif dan objektif yang ditemukan selama pengkajian, seperti pasien yang sering mendengar suara tanpa sumber nyata, menunjukkan kecurigaan terhadap anggota keluarga, serta memiliki kesulitan dalam mengelola stres dan emosi.

Gangguan persepsi sensori berupa halusinasi pendengaran pada pasien ditandai dengan adanya pengalaman mendengar suara yang tidak nyata, yang dalam kasus ini berupa suara seperti hewan dan bisikan yang muncul pada waktu tertentu. Kondisi ini sejalan dengan konsep skizofrenia yang ditandai dengan gangguan persepsi dan realitas. Intervensi yang dilakukan pada pasien meliputi pemberian Strategi Pelaksanaan (SP 1) yaitu teknik menghardik

halusinasi. Tindakan ini bertujuan untuk membantu pasien mengenali dan mengontrol halusinasi yang muncul. Hasil yang diperoleh menunjukkan adanya peningkatan kemampuan pasien dalam mengendalikan halusinasi. Temuan ini sejalan dengan Anam & Zaini, (2024) yang menyatakan bahwa teknik menghardik efektif dalam membantu pasien mengontrol halusinasi pendengaran, ditandai dengan kemampuan pasien dalam menolak halusinasi serta berkurangnya respon terhadap stimulus yang tidak nyata.

Menurut (Latifah & Sulistyowati, 2025) menghardik merupakan salah satu metode untuk mengendalikan halusinasi dengan cara menolak keberadaan halusinasi tersebut. Teknik ini termasuk dalam intervensi non-farmakologis di bidang keperawatan jiwa yang bertujuan membantu pasien mengelola halusinasi, khususnya halusinasi pendengaran dan visual. Prosesnya melibatkan pelatihan pasien agar secara sadar dan tegas menolak atau mengabaikan halusinasi yang dialami. Dalam praktiknya, pasien diajarkan untuk mengatakan "tidak" terhadap isi halusinasi atau menunjukkan sikap acuh tak acuh terhadap suara atau gambaran yang berasal dari persepsi yang salah. Dengan demikian, pasien dibimbing untuk menyadari bahwa halusinasi bukanlah realitas dan tidak perlu mendapatkan perhatian atau keyakinan

Selain itu, intervensi dilanjutkan dengan pemberian terapi zikir sebagai bentuk teknik distraksi dan pendekatan spiritual. Terapi ini membantu pasien mengalihkan perhatian dari halusinasi serta meningkatkan ketenangan batin. Hasil yang diperoleh menunjukkan adanya penurunan gejala halusinasi yang ditandai dengan meningkatnya skor indikator dari nilai awal 2 menjadi 5 pada akhir intervensi. Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Ardianti et al., (2024) yang menunjukkan bahwa pemberian terapi zikir pada pasien skizofrenia dengan halusinasi pendengaran mampu menurunkan frekuensi dan intensitas halusinasi. Pasien dalam penelitian tersebut menunjukkan perubahan berupa berkurangnya respon terhadap suara halusinasi, meningkatnya kemampuan mengontrol halusinasi, serta kondisi emosional yang lebih tenang setelah dilakukan terapi zikir secara rutin.

Masalah waham yang dialami pasien berkaitan dengan adanya keyakinan yang tidak sesuai dengan realita, seperti kecurigaan terhadap anggota keluarga. Kondisi ini dipengaruhi oleh stres psikologis yang dialami pasien serta adanya gangguan dalam proses berpikir. Intervensi yang dilakukan berfokus pada manajemen waham melalui pemberian Strategi Pelaksanaan 1 yaitu membina hubungan saling percaya antara perawat dan pasien. Tindakan ini bertujuan untuk menciptakan rasa aman dan nyaman sehingga pasien lebih terbuka dalam mengungkapkan pikiran dan perasaannya. Hasil ini sejalan dengan Shafaria et al., (2023) yang menyatakan bahwa penerapan strategi pelaksanaan pada pasien waham efektif dalam menurunkan intensitas waham, ditandai dengan meningkatnya kemampuan pasien dalam berorientasi terhadap realitas, berkurangnya keyakinan yang tidak sesuai, serta munculnya perasaan lebih tenang dan nyaman selama proses interaksi terapeutik.

Masalah koping tidak efektif pada pasien ditunjukkan oleh kecenderungan memendam masalah, mudah tersinggung, serta ketidakmampuan mengelola stres secara adaptif. Kondisi ini dipengaruhi oleh kurangnya strategi koping yang efektif serta minimnya komunikasi dalam keluarga. Intervensi yang diberikan berupa promosi koping melalui terapi spiritual pada pasien menunjukkan adanya peningkatan kemampuan koping pasien. Hasil ini sejalan dengan Susanti & Arianti, (2024) yang menyatakan bahwa pemberian terapi spiritual pada pasien skizofrenia efektif dalam meningkatkan mekanisme koping, ditandai dengan meningkatnya pemahaman pasien tentang koping, kemampuan melakukan terapi spiritual, serta kesiapan menerapkannya di lingkungan keluarga.

Secara keseluruhan, hasil pelaksanaan asuhan keperawatan menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan mampu meningkatkan kondisi pasien secara bertahap dalam waktu tiga hari perawatan. Perbaikan terlihat dari penurunan gejala halusinasi, berkurangnya waham,

serta meningkatnya kemampuan koping pasien. Keberhasilan ini dipengaruhi oleh kombinasi intervensi keperawatan, terapi farmakologi, serta keterlibatan pasien dalam proses perawatan.

4. KESIMPULAN

Penerapan teknik menghardik pada pasien skizofrenia dengan halusinasi pendengaran menunjukkan adanya peningkatan kemampuan pasien dalam mengontrol halusinasi, yang terlihat dari berkurangnya respons terhadap suara yang tidak nyata serta kondisi pasien yang lebih tenang dan mampu beradaptasi. Teknik ini dapat digunakan sebagai intervensi sederhana yang bisa diterapkan baik di rumah sakit maupun di rumah dengan dukungan keluarga. Hasil ini menunjukkan bahwa penggunaan teknik menghardik bersama pendekatan lain dapat membantu meningkatkan keberhasilan perawatan. Untuk kegiatan selanjutnya, disarankan agar keluarga lebih dilibatkan serta dilakukan pemantauan secara berkelanjutan untuk menjaga kondisi pasien tetap stabil.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Anam, A. K., & Zaini, M. (2024). Implementasi Teknik Menghardik Pada Klien Dengan Halusinasi Pendengaran Di Rumah Sakit Dr. Radjiman Wediodiningrat. *Jurnal Assyifa*, 2(3), 449–452.
- Ardianti, A. A., Amira, I., & Hidayati, N. O. (2024). Terapi Dzikir Untuk Mengontrol Halusinasi Pendengaran Pada Pasien Skizofrenia : Case Report. *Jurnal Riset Ilmiah*, 3(4), 1972–1980.
- Endriyani, S., Kusumawaty, I., Pastari, M., & Umayu, W. (2022). Implementasi Keperawatan Mengontrol Halusinasi Dengan Menghardik. *Jurnal Nursing Update*, 13(2), 83–86.
- Jannah, W., Aprilla, N., & Virgo, G. (2024). Penerapan Menghardik Dan Menggambar Pada Tn . S Dengan Halusinasi Pendengaran Di Ruang Rokan Rumah Sakit Jiwa Tampan Provinsi Riau Tahun 2024. *Jurnal Excellent*, 3(1), 510–517.
- Labina, F. O., Kusumawaty, I., Yunike, & Endriyani, S. (2022). Teknik Distraksi Menghardik Untuk Mengontrol Halusinasi Pendengaran. *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan*, 1(1), 49–56.
- Latifah, S. K., & Sulistyowati, A. D. (2025). Peran Teknik Menghardik Terhadap Penurunan Halusinasi Pasien Skizofrenia Sofi. *COHESIN*, 4(1), 51–56.
- Pamungkas, T. B., Riyana, A., & Hartono, D. (2025). Penerapan Teknik Menghardik Dan Terapi Afirmasi Positif Pada Pasien Dengan Halusinasi Pendengaran. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 21(2), 139–152.
- Rahim, A. A., Yulianti, S., & Maryam. (2024). Implementasi Teknik Menghardik Untuk Mengontrol Halusinasi Pendengaran Pada Pasien Skizofrenia Di RSUD Madani Provinsi Sulawesi Tengah. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 7(11), 4274–4280. <https://doi.org/10.56338/jks.v7i11.6644>
- Rodin, M. A., Asniar, & Syamson, M. M. (2024). Efektifitas Teknik Menghardik Terhadap Kemampuan Mengontrol Halusinasi Pendengaran Pada Pasien Skizofrenia Puskesmas Lamuru Kabupaten Bone. *Journal of Nursing Innovation*, 3(1), 29–34.
- Rohani, P. D., Utami, I. T., & Hasanah, U. (2025). Implementasi Terapi Menghardik Dan Spiritual Dzikir Pada Pasien Halusinasi Pendengaran. *Jurnal Cendikia Muda*, 5(4), 525–532.
- Shafaria, M., Hernawaty, T., & Rafiyah, I. (2023). Studi Kasus: Penerapan Strategi Penatalaksanaan Waham Pada Pasien Skizofrenia. *Jurnal Riset Ilmiah*, 2(8), 3315–3325.

Susanti, A., & Arianti, D. (2024). Peningkatan Mekanisme Koping Klien Skizofrenia Melalui Pendekatan Spiritual Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuranji Kota Padang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(3), 97–106.