BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gangguan jiwa menjadi salah satu masalah kesehatan yang paling serius karena terus terjadi peningkatan diberbagai kalangan. Gangguan jiwa menjadi penyakit kronis dengan penyembuhan yang cenderung lama dan panjang. Gangguan jiwa mempunyai 2 kategori, yaitu gangguan jiwa ringan dan gangguan jiwa berat. Salah satu gangguan jiwa yang masuk kategori berat, berbahaya dan tidak terkendali ialah skizofrenia. Skizofrenia ditandai dengan delusi, halusinasi, pemikiran dan ucapan yang tidak wajar dan gangguan fungsi utama psikososial. Banyak sekali faktor yang berperan terhadap terjadinya skizofrenia, antara lain faktor genetik, biologis, biokimia, status sosial, stress, penyalahgunaan obat, dan ekonomi, karena ekonomi rendah mempunyai resiko 6,00 kali untuk mengalami gangguan jiwa skizofrenia dibanding dengan status ekonomi tinggi.(Putri, 2022)

Menurut WHO *(World Health Organitation)* diperkirakan sebanyak 450 juta orang diseluruh dunia mengalami gangguan kejiwaan, sebanyak 10% orang dewasa mengalami gangguan kejiwaan dan sebanyak 25% populasi penduduk dengan golongan usia tertentu akan mengalami gangguan kejiwaan seumur hidupnya, dan akan terus meningkat seiring bertambahnya waktu (*WHO*, 2025). Menurut riskesdas (riset kesehatan dasar) menyatakan bahwa prevalensi gangguan jiwa berat pada penduduk Indonesia, seperti skizofrenia, diperkirakan mencapai 6,7% per 1000 rumah tangga, hal ini menunjukkan bahwa terdapat 67 dari 1000 rumah tangga mengalami skizofrenia berat/psikosis berat. Terdapat prevalensi gangguan jiwa berat di indonesia adalah 1,7 per 1000 penduduk, dimana terdapat 400.000 orang yang mengalami gangguan jiwa berat seperti skizofrenia.(Nuranti, 2025)

Menurut hasil SKI tahun 2023, Provinsi Sumatera Utara termasuk satu provinsi yang memiliki prevalensi pasien skizofrenia yang tergolong rendah dibanding provinsi lain. Dimana pada tingkat nasional memiliki peringkat ke-30 dari 37 provinsi dengan persentase penderita skizofrenia 1,1%.(SKI, 2023)

Berdasarkan data Rekam Medis Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. M. Ildrem Medan, pada tahun 2017 tercatat sebanyak 13.846 pasien (85,3%) menderita skizofrenia.(Sinaga, 2023)

Banyak dampak yang dialami oleh individu yang menderita skizofrenia, seperti perilaku yang tidak pantas, kecenderungan untuk berperilaku kekerasan, dan agresi terhadap orang lain. Terdapat konsekuensi dari skizofrenia yang mengakibatkan gangguan kognitif, kesulitan dalam memproses informasi, kerusakan dalam hubungan interpersonal, serta kesulitan dalam pemecahan masalah. Karakteristik skizofrenia ini dapat mencakup waham (perubahan dalam proses berpikir, kesulitan dalam mencerna informasi, dan gangguan emosional), perilaku kekerasan seperti (mengancam orang lain, mencaci maki, menyimpan dendam, dan merasa jengkel), kehilangan minat dalam melakukan aktivitas apapun, menjadi pemalas, serta hanya ingin makan dan tidur. Salah satu karakteristik gejala negatif skizofrenia adalah halusinasi, yang dapat berupa (bermimpi, berhayal, ilusi, dan mendengarkan suara- suara dalam pikiran).(Gusdiansyah, 2021)

Halusinasi pendengaran menjadi penyakit yang paling banyak diderita belakangan ini. Ciri halusinasi pendengaran ditandai dengan sifat yang tiba-tiba terlihat tertawa sendiri, berbicara sendiri, emosi yang tidak terkontrol, dan tampak sering menutup telinga karena merasa ada yang berbicara dengan dirinya. Dampak dari halusinasi itu sangat besar, sehingga membutuhkan penanganan yang baik sehingga seseorang yang terkena halusinasi pendengaran dapat mengontrol dirinya dari hal-hal yang tidak dinginkan. Dampak lain yang terjadi kepada orang yang terkena halusinasi pendengaran selayaknya orang yang kehilangan kemampuan untuk mengontrol dirinya sendiri sehingga menimbulkan efek samping menjadi lebih mudah panik, histeris, merasa lemah, ketakutan yang berlebihan, berperilaku buruk hingga melakukan hal-hal berbahaya atau tindakan beresiko seperti tindakan agresif yang bisa membahayakan dirinya sendiri dan sekitarnya.(Mister, 2022)

Berbagai dampak besar skizofrenia dapat timbul pada penderita, salah satunya dapat kehilangan kontrol dirinya sendiri dan hal itu dapat membahayakan dirinya sendiri, keluarga dan lingkungan sekitarnya. Pasien

yang mengalami halusinasi dapat mengalami kepanikan dan berperilaku seperti dikendalikan oleh halusinasinya, dan pada waktu itu pasien dapat melakukan bunuh diri dan membunuh orang lain bahkan dapat merusak lingkungannya. Untuk menangani dampak yang dihasilkan oleh halusinasi dibutuhkan penanganan yang tepat seperti terapi farmakologis dan non-farmakologis. Tetapi terapi farmakologis hanya fokus kepada pemberian obat saja, tetapi non-farmakologis memberikan terapi non komplementer yang dapat menstimulasi persepsi.(Rahayuningrum, 2025)

Salah satu terapi non-farmakologis yang diberikan pada pasien penderita halusinasi pendengaran ialah terapi *Thought Stopping*. Terapi tersebut dapat mengurangi gejala yang dihasilkan dan dapat membuat penderita dapat sadar ditengah halusinasinya. Terapi *Thought Stopping* digunakan untuk menyembuhkan pikiran negatif yang dapat merusak diri dengan mengatakan "STOP" saat mengalami pikiran negatif yang berulang, tidak penting, dan *disorted*. Terapi ini berguna untuk mengganti pikiran negatif dengan pikiran positif dan realistis. Hal ini menunjukkan bahwa terapi *Thought Stopping* dapat dijadikan sebagai psikoterapi untuk menghentikan pikiran negatif yang mengganggu dan mengancam.(Putri Ekmeliana, 2025)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Djafar (2025), penerapan terapi *Thought Stopping* terbukti efektif dalam membantu pasien skizofrenia mengendalikan halusinasi pendengaran yang mereka alami. Terapi ini memberikan dampak positif dengan mengurangi frekuensi dan intensitas halusinasi, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kualitas hidup pasien. Dengan demikian, asuhan keperawatan yang diberikan oleh peneliti dapat dianggap berhasil, karena menghasilkan perubahan yang signifikan pada kondisi pasien, terutama dalam membantu mengatasi gejala psikosis yang muncul.(Biahimo dkk, 2025)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Agustya (2022) mengenai penerapan teknik *Thought Stopping* selama 10 hari, terbukti bahwa teknik ini efektif dalam membantu pasien skizofrenia mengendalikan halusinasi pendengaran yang mereka alami. Teknik ini memberikan efek positif dalam mengurangi frekuensi dan intensitas halusinasi, serta dapat meningkatkan

kualitas hidup pasien. Oleh karena itu, asuhan keperawatan yang diberikan dalam penelitian ini dianggap berhasil, karena memiliki signifikansi dalam kondisi kesehatan pasien, terutama dalam mengatasi gejala-gejala psikosis yang muncul.(Syaifullah, 2024)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Bolango (2023), ditemukan bahwa terapi *Thought Stopping* efektif dalam mengurangi pikiran negatif serta suara halusinasi. Terapi ini berfungsi dengan cara menghentikan atau memutus alur pikiran yang tidak diinginkan, sehingga membantu pasien dalam mengontrol diri dengan lebih baik. Terapi ini dilaksanakan dalam 3 sesi per hari dengan durasi sekitar 30 menit untuk setiap sesi. Selain itu, terapi ini juga dapat dilakukan oleh anggota keluarga untuk membantu mengurangi halusinasi dan pikiran-pikiran yang mengganggu.(Fitaloka, 2024)

Berdasarkan survei awal catatan rekam medis RSJ Prof. Dr. M. Ildrem Medan, diperoleh data pasien rawat inap dengan Gangguan Skizofrenia dan Waham pada tahun 2023 tercatat jumlah pasien yang masuk dengan diagnosis skizofrenia sebanyak 1.473 orang (95,7%). Pada tahun 2024, jumlah pasien dengan diagnosis skizofrenia mengalami penurunan menjadi 1.227 orang (94,8%). Data tersebut menunjukkan adanya kecenderungan penurunan jumlah kasus skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. M. Ildrem Medan. Selanjutnya, pada periode Januari hingga November tahun 2025, jumlah kasus skizofrenia kembali mengalami penurunan dengan total 933 orang (69,7%). Berdasarkan survey awal yang dilakukan banyak pasien yang hanya fokus pada pengobatan farmakologi saja dan masih banyak yang tidak mengetahui tentang penanganan terapi *thought stopping* untuk mengontrol halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia.

Pemilihan terapi *thought stopping* pada pasien skizofrenia halusinasi pendengaran didasari dengan karakteristik kondisi pasien yang memfokuskan pada proses kognitif internal, terkhusus saat timbulnya pikiran dan respon terhadap pikiran-pikiran yang tidak sesuai dengan realita dan norma yang berlaku. Terapi ini memfokuskan kemampuan pasien dalam mengenali dan menghentikan pikiran- pikiran maladaptif yang memunculkan halusinasi. Mengacu pada survey awal dan hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti

di ruangan mawar 1 dan 2 di Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. M. Ildrem Medan pada 10 pasien, bahwa 7 dari 10 pasien yang menderita skizofrenia halusinasi pendengaran belum mampu mengenali dan menghentikan pikirannya yang salah, sehingga halusinasi menjadi berkelanjutan dan menggangu aktivitas pasien.

Didukung oleh hasil wawancara dan survey awal yang memperlihatkan bahwa mayoritas calon responden masih mengalami halusinasi pendengaran yang mengakibatkan terganggunya aktivitas sehari-hari, sehingga dibutuhkannya intervensi keperawatan *non-farmakologis* yang terencana. Jadwal rutin pasien yang dilakukan setiap jumat pagi seperti senam, ibadah, dan kegiatan kebersihan belum digambarkan secara khusus untuk mengatasi halusinasi pendengaran. Sebab itu diperlukan intervensi yang lebih khusus terhadap pengendalian halusinasi. Terapi *thought stopping* dipilih karena memiliki struktur dan tahapan yang jelas pada pengendalian halusinasi, yang berfokus pada peningkatan kesadaran pasien terhadap pikiran yang salah, serta membantu dalam mengendalikan respon pasien pada halusinasi yang terjadi pada pasien tersebut.

Dari uraian latar belakang di atas, maka disusunlah skripsi dengan judul "Pengaruh Pemberian Terapi *Thought Stopping* Untuk Mengontrol Halusinasi Pendengaran Di Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. M. Ildrem Medan".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah, apakah terdapat pengaruh pemberian terapi *Thought Stopping* untuk mengontrol halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Prof Dr. M. Ildrem.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pemberian terapi *Thought Stopping* dalam mengontrol halusinasi pada pasien skizofrenia yang mengalami gangguan persepsi sensorik berupa halusinasi pendengaran di Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr.M. Ildrem Medan**.**

2. **Tujuan Khusus**

a. Mengidentifikasi tingkat kemampuan kontrol halusinasi pendengaran pasien skizofrenia sebelum diberikan terapi *thought stopping* di RSJ Prof. Dr. M. Ildrem Medan.

b. Mengidentifikasi tingkat kemampuan kontrol halusinasi pendengran pasien skizofrenia sesudah diberikan terapi *thought stopping* di RSJ. Prof. Dr. M. Ildrem Medan.

c. Menganalisis pengaruh pemberian terapi *thought stopping* terhadap perubahan halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia di RSJ Prof. Dr. M. Ildrem Medan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Menambah wawasan dan memperkaya ilmu keperawatan jiwa khususnya dalam pengelolaan halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia.

b. Memberikan bukti mengenai efektivitas terapi *Thought Stopping* sebagai pendekatan psikoterapi untuk mengontrol halusinasi pendengaran.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pasien

Diharapkan dapat membantu pasien untuk mengontrol halusinasi pendengaran yang dialami melalui terapi *thought stopping*, sehingga pasien dapat lebih fokus pada aktivitas nyata dan lingkungan sekitarnya.

b. Bagi Perawat atau Tenaga Kesehatan

Menjadi pedoman praktis dalam menerapkan intervensi non-farmakologis berbasis terapi kognitif untuk mengatasi halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia.

c. Bagi Rumah Sakit Jiwa

Membantu dalam evaluasi dan pengembangan protokol terapi non-medis yang efektif untuk mengurangi gejala halusinasi pendengaran.