
Peningkatan Kemampuan Mengendalikan Halusinasi Pendengaran Melalui Teknik Distraksi Menghardik

Winnellia Fridina Sandy Rangkuti^{1*}, Sudarto², Susito², Sarliana Zaini², Anisa Khairiyah²

^{1,2}Program Studi Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Pontianak

Email: winaskw_mkia@yahoo.com^{1*}

Abstract

Mental disorders are a phenomenon that continues to experience a very significant increase, and every year in various parts of the world the number of people with mental disorders is increasing. It is estimated that the number of people with mental disorders in the world is approximately 450 million people, with an estimated 10% of adults, and 25% at a certain age someone is predicted to experience mental disorders, and 135 million of them experience hallucinations. The goals of this activity is to provide education about controlling auditory hallucinations through rebuke distraction techniques. The method of this activity is by conducting tests (pre test and post test), before and after counseling is carried out to assess the level of knowledge or understanding of the community about controlling auditory hallucinations through rebuking distraction techniques as an indicator of the success of a health promotion program. Counseling showed that there was an increase in public knowledge or understanding of auditory hallucinations, from 25 to 95 percent. Based on the results of this assessment, it is hoped that the public can better understand the control and be aware of auditory hallucinations.

Keyword: knowledge; auditory hallucinations; counseling.

Abstrak

Gangguan jiwa merupakan suatu fenomena yang terus mengalami peningkatan yang sangat signifikan, dan setiap tahun diberbagai belahan dunia jumlah penderita gangguan jiwa semakin bertambah. Diperkirakan jumlah penderita gangguan jiwa di dunia kurang lebih 450 juta orang, dengan perkiraan 10% orang dewasa, dan 25% di usia tertentu seseorang diprediksi akan mengalami gangguan jiwa, dan 135 juta diantaranya mengalami halusinasi. kegiatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi tentang mengendalikan halusinasi pendengaran melalui Teknik distraksi menghardik. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini dengan melakukan test (pre test dan post test) , sebelum dan sesudah penyuluhan dilakukan untuk menilai tingkat pengetahuan atau pemahaman masyarakat tentang mengendalikan halusinasi pendengaran melalui Teknik distraksi menghardik sebagai indikator keberhasilan dari suatu program promosi kesehatan. Penyuluhan menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan atau pemahaman masyarakat tentang mengendalikan halusinasi pendengaran melalui Teknik distraksi menghardik yaitu dari 25 menjadi 95 persen. Berdasarkan hasil penilaian ini diharapkan masyarakat dapat lebih memahami pengendalian dan mewaspadaai halusinasi pendengaran.

Kata Kunci: pengetahuan; halusinasi pendengaran; penyuluhan.

1. Pendahuluan

Halusinasi pendengaran merupakan sebuah gangguan pada stimulasi pendengaran seseorang. Paisean akan mendengar suara-suara yang pada umumnya berupa bisikan, ejekan, menertawakan, ancaman, serta sebuah perintah untuk melakukan sesuatu yang dapat membahayakan diri sendiri ataupun orang lain yang ada di sekitar. Halusinasi memiliki sebuah karakteristik yaitu mendengar suara ataupun kebisingan yang biasanya berupa perintah untuk

melakukan sesuatu yang membahayakan ataupun mengancam keselamatan pasien ataupun orang disekitarnya [1].

Diperkirakan jumlah penderita gangguan jiwa di dunia kurang lebih 450 juta orang, dengan perkiraan 10% orang dewasa, dan 25% di usia tertentu seseorang diprediksi akan mengalami gangguan jiwa, dan 135 juta diantaranya mengalami halusinasi.

Di Indonesia sendiri penduduk Indonesia yang diperkirakan menderita gangguan jiwa sebesar 2-3% dari populasi, yaitu 1 sampai 1,5 juta jiwa diantaranya mengalami halusinasi. Hal ini akan tumbuh sampai 25% dari total populasi di dunia pada tahun 2030 [2].

Latihan yang dapat dilakukan salah satunya adalah Teknik distraksi. Teknik menghardik merupakan salah satu teknik distraksi pengalihan terhadap stimuli halusinasi yang dialami klien yang dapat dilakukan secara mandiri tanpa melibatkan orang lain [3,4]. Klien perlu diberikan latihan bimbingan untuk melakukan teknik menghardik ini sehingga hasilnya akan optimal, dimana keberhasilan ini akan meningkatkan harga diri klien karena bangga dan puas dapat menyelesaikan masalahnya tanpa bantuan orang lain. Selain itu penelitian ini juga sejalan dengan Nurlaili [5] dan Nafiatun [2] yang menyimpulkan bahwasanya distraksi dapat mengontrol halusinasi. Didapatkan penelitian mereka bahwa distraksi tidak mengobati halusinasi akan tetapi mengontrol halusinasi agar tidak berdampak lebih buruk lagi.

Hasil observasi didapatkan hasil bahwa dari 120 responden 20 orang mengalami halusinasi pendengaran. Hal ini terjadi karena tingginya tingkat stress dan warga tidak mengetahui mekanisme coping yang baik. Kejadian ini menjadi hal yang biasa bagi masyarakat desa dikarenakan kurangnya pengetahuan warga tentang penyakit.

Melihat adanya fenomena ini, maka pengabdian ingin mengetahui tingkat pengetahuan masyarakat terhadap penyakit halusinasi pendengaran dengan menggunakan instrument pre-test dan post-test untuk menilai warga terkait halusinasi pendengaran di Desa.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh pengabdian, permasalahan halusinasi pendengaran yang terjadi di masyarakat terjadi karena tingginya tingkat stress dan warga tidak mengetahui mekanisme coping yang baik. Hasil prevalensi data baik melalui observasi, wawancara dan angket di dapatkan beberapa temuan penyakit salah satunya adalah halusinasi pendengaran dengan angka prevalensi yang tinggi dengan hasil observasi dari 120 orang penderita 20 orang mengalami halusinasi pendengaran dengan berbagai faktor. Dari faktor-faktor yang diperoleh dari hasil wawancara dan observasi kebanyakan faktornya adalah tingginya tingkat stress dan warga tidak mengetahui mekanisme coping yang baik. Dari masalah yang teridentifikasi maka pengabdian ini dilakukan menggunakan pendekatan keperawatan dengan memberika Pendidikan Kesehatan di masyarakat desa. Selain itu pengabdian juga mendeteksi secara tepat baik secara preventif, promotif, kuratif dan rehabilitative. Adapun tujuan dari pengabdian ini adalah menginformasikan kepada masyarakat mengenai pengendalian dan pencegahan halusinasi pendengaran melalui metode ceramah, tanya jawab, serta pemeriksaan Kesehatan

2. Metode

a. Persiapan

Adapun kegiatan yang dilaksanakan pada tahap persiapan antara lain:

- 1) Melakukan koordinasi dengan pihak terkait analisis suatu wilayah.
- 2) Melakukan kontrak waktu kegiatan kepada ketua RT dan masyarakat.
- 3) Mempersiapkan materi Pendidikan Kesehatan dan peralatan pendamping (LCD dan Laptop).

b. Pelaksanaan kegiatan

Kegiatan pelaksanaan pengabdian masyarakat dilaksanakan setelah semua pengkajian dan hasil observasi terkumpul, administrasi perizinan dan persiapan selesai dilakukan, kegiatan akan dilaksanakan di Desa Selakau Timur. Pelaksanaan pengabdian ini dilakukan dalam bentuk Pendidikan Kesehatan, pemeriksaan kesehatan, sosialisasi dan

pendemonstrasian kepada tokoh masyarakat dan perwakilan masyarakat Desa Selakau Timur. Sebelum memulai pelaksanaannya dilakukan pre-test. Setelahnya dilakukan pemberian materi Pendidikan Kesehatan halusinasi pendengaran, penyebab, klasifikasi, penanganan dan cara mencegah terjadinya halusinasi pendengaran. Lalu dilakukan pelaksanaan post-test.

c. Pelaksanaan Evaluasi

Tahap pelaksanaan merupakan lanjutan dari tahap perencanaan, pengaplikasian dari tahap perencanaan dimana mengaplikasikan dari tahap perencanaan yang sudah dibuat bersama masyarakat dan merupakan upaya dari mengatasi masalah kesehatan yang ada. Selain itu untuk mengatasi masalah kesehatan yang ditemukan dalam perencanaan berdasarkan Analisa pada tahap pelaksanaan. Adapun pelaksanaannya yakni pemberian penyuluhan Pendidikan kesehatan dengan penyampaian langsung, selain itu, pemeriksaan kesehatan dengan instrumen observasi dan juga wawancara . serta minggu produktif, minggu produktif digunakan sebagai ajang olahraga sederhana dan menyenangkan.

Selain itu, pelaksanaan yang diberikan selain Pendidikan Kesehatan mengenai pencegahan terjadinya halusinasi juga dengan memberikan contoh bagaimana melakukan Teknik distraksi menghardik bagi penderita halusinasi, hal ini dilakukan karena terdapatnya beebpara pasien yang mengalami gangguan persepsi sensori : halusinasi .

Evaluasi diarahkan pada program yang telah direncanakan, untuk melihat tingkat keberhasilan yang dicapai.

3. Hasil dan Pembahasan

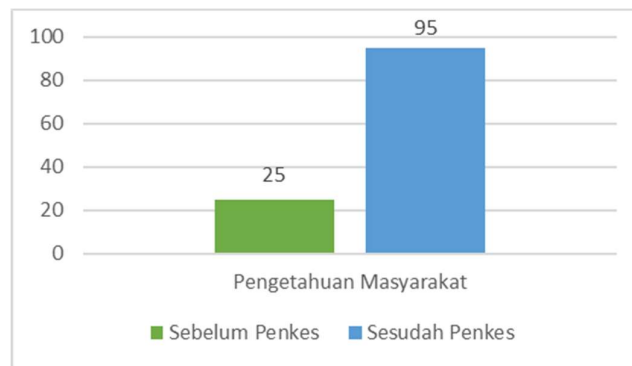
Hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan dengan menggunakan test (pre-test dan post-test), maka pengetahuan responden sebelum dan sesudah intervensi Pendidikan Kesehatan akan menilai tingkat pengetahuan atau pemahaman masyarakat tentang penyakit mengendalikan halusinasi pendengaran melalui Teknik distraksi menghardik sebagai indikator keberhasilan dari suatu program promosi kesehatan yang dilakukan di Desa Selakau Timur dikategorikan sebagai berikut.

Tabel 1. Karakteristik responden observasi berdasarkan usia

No.	Usia	Frekuensi	Persentase
1.	20-30 tahun	30 orang	25%
2.	31-41 tahun	25 orang	20,8%
3.	41-50 tahun	35 orang	29,2%
4.	>51 tahun	30 orang	25%
	JUMLAH	120 orang	100%

Tabel 2. Karakteristik responden observasi berdasarkan Pendidikan

No.	Pendidikan Terakhir	Frekuensi	Persentase
1.	Tidak Sekolah	23 orang	19,1%
2.	SD	65 orang	54,2%
3.	SLTP	12 orang	10%
4.	SLTA	15 orang	12,5%
5.	Sarjana	5 orang	4,2%
JUMLAH		120 orang	100%



Gambar 1. Diagram peningkatan pengetahuan responden

Pemberian edukasi Kesehatan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan kepada masyarakat terkait dengan adanya penyakit yang terjadi di Desa Selakau Timur. Pemberian edukasi ini mencakup tentang Pendidikan Kesehatan pengendalian dan pencegahan halusinasi pendengaran. Dimana tingginya tingkat stress dan warga tidak mengetahui mekanisme coping yang baik.

Pendidikan warga yang rata-rata hanya pada tingkat Sekolah Dasar juga memengaruhi pola pikir dan kesadaran tentang Kesehatan. Namun, setelah diberikan Pendidikan Kesehatan dan pemahaman lebih lanjut tentang mengendalikan halusinasi pendengaran melalui Teknik distraksi menghardik ini warga banyak yang antusias untuk bertanya terkait dampak dan penyebab serta cara mencegah dan mengendalikan halusinasi pendengaran. Saat ditanyapun warga berpartisipasi aktif untuk menjawab, hal ini menunjukkan bahwa adanya ketertarikan dan kemauan untuk mengubah kebiasaan buruk menjadi perilaku hidup sehat.

Pendidikan Kesehatan dibagi menjadi 4 sesi penting yakni, pre-test, materi, tanya jawab dan post-test. Setelah dilakukan Analisa data dari keempat sesi didapatkan hasil pre-test warga terkait pengetahuan tentang mengendalikan halusinasi pendengaran melalui Teknik distraksi menghardik adalah baik 10 orang, 10 orang cukup, dan 100 orang lainnya kurang mengetahui. Kemudian pada sesi materi, dijabarkan secara singkat dan jelas dengan Bahasa yang mudah dipahami terkait mengendalikan halusinasi pendengaran melalui Teknik distraksi menghardik dengan hasil setelah pemaparan warga diminta untuk bertanya, keaktifan warga bertanya dihitung menjadi poin penting bahwa warga memiliki kesadaran untuk mengubah perilaku. Dan sesi post-test diberikan Ketika sudah dipaparkan materi terkait mengendalikan halusinasi pendengaran melalui Teknik distraksi menghardik. Didapatkan hasil pengetahuan baik 50 orang, cukup 45 orang, dan kurang 25 orang

4. Kesimpulan

Perawatan kesehatan masyarakat merupakan kesatuan dari praktek keperawatan dan kesehatan masyarakat dengan dukungan peran serta masyarakat secara aktif dan mengutamakan pelayanan promotif dan preventif secara berkesinambungan tanpa mengabaikan pelayanan kuratif dan rehabilitatif secara menyeluruh dan terpadu, yang ditunjukkan kepada individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat sebagai kesatuan yang utuh melalui proses keperawatan untuk meningkatkan fungsi kehidupan manusia secara optimal, sehingga mandiri dalam melakukan upaya kesehatan.

Berdasarkan analisis hasil asuhan keperawatan komunitas di Desa Selakau Timur dapat disimpulkan:

- a. Asuhan keperawatan komunitas merupakan salah satu alternatif pendekatan pemecahan masalah yang terjadi pada masyarakat dengan menggunakan proses keperawatan.
- b. Kesehatan masyarakat ditentukan oleh hasil intraksi yang dinamis antara komunitas dilingkungan serata tenaga kesehatan yang melakukan tingkat pemecahan.
- c. Masalah keperawatan yang di temukan di wilayah Desa Selakau Timur. Defisit kesehatan komunitas terkait dengan masalah Halusinasi Pendengaran, Perilaku kesehatan cenderung beresiko terkait masalah Halusinasi Pendengaran, Defisit pengetahuan gaya hidup sehat masyarakat terkait masalah Halusinasi Pendengaran Serta Pemeliharaan kesehatan tidak efektif terkait mekanisme coping individu.
- d. Intervensi yang diambil yaitu pemberian edukasi kesehatan halusinasi pendengaran yang mana tindakan tersebut diimplementasikan pada kegiatan penyuluhan pendidikan kesehatan warga Desa Selakau Timur serta melakukan minggu produktif yang berisi periksa Kesehatan.

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih tak terhingga kepada Poltekkes Kemenkes Pontianak, Puskesmas Selakau Timur, Desa Selakau Timur yang telah memfasilitasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, sehingga kegiatan dapat berjalan lancar sesuai tujuan yang diharapkan.

Daftar Pustaka

- [1] Laraia, S. Konsep Dan Kerangka Kerja Asuhan Keperawatan Jiwa. Yogyakarta: Gosyen Publishing. 2018
- [2] Dearossi Hani Khoirunissa & Ni Made Sukartini. Kesehatan Mental Sumber Daya Indonesia. Jurnal Sains Sosio Huaniora, 4(1). 2020:241.
- [3] Muhith, A. Pendidikan Keperawatan Jiwa(Teori dan Aplikasi). Yogyakarta: Andi.2015.
- [4] Pardede, J. A., Harjuliska, H., & Ramadia, A. Self-Efficacy dan Peran Keluarga Berhubungan dengan Frekuensi Kekambuhan Pasien Skizofrenia. Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa, 4(1), 2021:57-66.
- [5] Apriliani, Y., & Widiani, E. Pemberian Komunikasi Terapeutik pada Pasien Skizofrenia dalam Mengontrol Halusinasi di RS Jiwa Menur Surabaya. NERS Jurnal Keperawatan, 16(2). 2020:61.