Journal Nursing Research Publication Media Volume 4 Nomor 3 (2025)
Jurnal homepage: https://nursepedia.lenteramitralestari.org/nursepedia/index.php/nsp/index

ORIGINAL ARTICLE

PENGARUH AFIRMASI POSITIF TERHADAP TINGKAT HALUSINASI PENDENGARAN PASIEN SKIZOFRENIA

The Effect of Positive Affirmations on The Level of Auditory Hallucinations in Schizophrenia Patients

I Komang Gede Suartika*, Desak Made Ari Dwi Jayanti, Hendro Wahyudi
Program Studi Keperawatan Program Sarjana, STIKES Wira Medika Bali, Denpasar, Bali, Indonesia
**Korespondensi: klempeh@gmail.com*

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:
Diterima: 26 Juli 2025
Revisi: 15 Oktober 2025
Disetujui: 15 Oktober 2025

Kata Kunci:
Afirmasi;
Halusinasi;
Pendengaran;
Skizofrenia.

ABSTRAK

Latar Belakang: Skizofrenia merupakan gangguan mental berat yang ditandai dengan perubahan persepsi, salah satunya berupa halusinasi pendengaran sebagai gejala positif. Kondisi ini dapat memicu perilaku agresif, kekerasan, hingga kecenderungan bunuh diri. Salah satu intervensi yang dapat diberikan untuk mengatasi halusinasi pendengaran adalah terapi afirmasi positif. **Tujuan:** Penelitian ini memiliki tujuan untuk menganalisis pengaruh afirmasi positif terhadap tingkat halusinasi pendengaran pasien skizofrenia. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode pra eksperimen dengan pendekatan pretest-posttest. Sampel sebanyak 32 orang yang dipilih melalui purposive sampling. Instrumen pada penelitian ini menggunakan Auditory Hallucinations Rating Scale (AHRS). Intervensi yang diberikan adalah afirmasi positif dalam rentang waktu 5-10 menit, dengan pengulangan kalimat afirmasi positif sebanyak 10-20 kali. Afirmasi positif diberikan selama 7 hari pada sore hari (Pukul 15.00-17.00 Wita). Analisa data menggunakan uji *Wilcoxon Sign Rank*. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukan ada perbedaan yang signifikan terhadap tingkat halusinasi pendengaran sebelum dan sesudah pemberian terapi afirmasi positif pada pasien skizofrenia dengan halusinasi pendengaran dengan nilai p=0,001 (α=0,05). **Kesimpulan:** Afirmasi positif efektif mengurangi gejala halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia.

DOI: 10.55887/nrpm.v4i3.184
Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi-NonKomersial 4.0 Internasional.

Journal Nursing Research Publication Media Volume 4 Nomor 3 (2025)
Jurnal homepage: https://nursepedia.lenteramitralestari.org/nursepedia/index.php/nsp/index

ARTICLE INFO

Article history:
Received: 26 July 2025
Revised: 15 Oktober 2025
Accepted: 15 Oktober 2025

Key Words:
Affirmation;
Auditory;
Hallucination;
Schizophrenia.

ABSTRACT

Background: Schizophrenia is a severe mental disorder characterized by perceptual disturbances, including auditory hallucinations as a positive symptom. These symptoms may trigger aggressive behavior, violence, and an increased risk of suicide. One of the interventions used to manage auditory hallucinations is positive affirmation therapy. ***Objective:*** This study aimed to examine the effect of positive affirmation therapy on the level of auditory hallucinations among patients with schizophrenia. ***Method:*** This study employed a pre-experimental design with a pretest–posttest approach. A total of 32 participants were selected using purposive sampling. The instrument used was the Auditory Hallucinations Rating Scale (AHRS). The intervention consisted of positive affirmation therapy delivered for 5–10 minutes, with repetition of affirmation statements 10–20 times, administered over seven consecutive days in the afternoon (15:00–17:00 WITA). Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test. ***Results:*** The findings demonstrated a significant difference in auditory hallucination levels before and after the intervention, with a p-value of 0.001 (α=0.05). ***Conclusion:*** Positive affirmation therapy is effective in reducing the severity of auditory hallucinations in patients with schizophrenia.

DOI: 10.55887/nrpm.v4i3.184
Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi-NonKomersial 4.0 Internasional.

LATAR BELAKANG

Gangguan jiwa saat ini menjadi salah satu pusat perhatian kesehatan masyarakat dunia. Gangguan jiwa adalah terjadinya gangguan fungsi mental, emosi, pikiran, kemauan, perilaku psikomotorik dan verbal, yang menjadi kelompok gejala klinis sehingga mengakibatkan terganggunya fungsi humanistik individu (Sumiyati, Pratiwi, Suryati, & Mentari, 2023). Gangguan jiwa bisa terjadi karena beberapa faktor, salah satunya faktor sosial seperti kemiskinan dan pengangguran, terutama karena kurangnya dukungan. Tinjauan sistematis yang meliputi 23 negara menemukan bahwa masyarakat yang kurang beruntung secara sosial ekonomi beresiko dua sampai tiga kali lebih mungkin mengalami masalah kesehatan jiwa. Berdasarkan analisis *Global Burden of Disease* (GBD) tahun 2021, beban gangguan jiwa global didominasi oleh depresi dan gangguan kecemasan, yang menunjukkan peningkatan paling besar sejak tahun 1990. Sementara itu, gangguan seperti skizofrenia dan bipolar tetap memberikan dampak klinis yang signifikan tetapi kontribusi prevalensi dan beban globalnya relatif stabil dalam tiga dekade terakhir (Global Health Data Exchange, 2021).

Skizofrenia adalah gangguan jiwa berat yang ditandai adanya perubahan proses pikir, persepsi, perilaku dan penurunan fungsi sosial (Videbeck, 2022). Salah satu gejala positif pada skizofrenia yang menggambarkan distorsi atau penyimpangan fungsi normal adalah halusinasi. Adanya stres yang berlebihan yang dialami seseorang dengan skizofrenia, di dalam tubuhnya akan dihasilkan suatu zat yang dapat bersifat halusinogenik neurokimia seperti *Buffefenondan Dimetytranferase* (DMP). Stres yang berkepanjangan juga menyebabkan teraktivasinya neurotransmitter otak, misalnya terjadi ketidakseimbangan *acetycholin* dan *dopamine*. Konsentrasi yang berlebihan ini berperan menimbulkan halusinasi pada pasien skizofrenia. Penelitian mutakhir menunjukkan bahwa halusinasi tidak semata-mata merupakan manifestasi biologis atau neuro-fisiologis, melainkan sering merupakan hasil interaksi antara predisposisi neuropsikiatrik, kondisi psikologis (termasuk pengalaman traumatis), dan konteks sosial-budaya di mana individu berkembang. Aspek budaya dan sistem kepercayaan lokal bisa membentuk bentuk, intensitas, serta makna halusinasi dan delusi, yang kemudian memengaruhi bagaimana individu menjelaskan gejala dan mencari bantuan (Subandi, 2015).

Klien dengan halusinasi yang telah dikendalikan oleh halusinasinya memiliki kecenderungan menjadi penyendiri/ mengisolasi diri dari dunia luar. Mereka kesulitan bersosialisasi dengan orang lain. Klien merasa mendengar suara atau bisikan yang menyebabkan mereka menjadi pemarah, melakukan kekerasan, dan bahkan melakukan bunuh diri (Jatinandya & Purwito, 2020). Melihat dampak dari kerugian yang ditimbulkan, maka penanganan pasien dengan halusinasi perlu dilakukan secara tepat oleh tenaga-tenaga kesahatan dan non-kesehatan yang professional.

World Health Organization menyatakan skizofrenia mempengaruhi sekitar 24 juta orang atau 1 dari 300 orang (0,32%) di seluruh dunia. Data ini merupakan 1 dari 222 orang (0,45%) yang diantaranya adalah orang dewasa dan skziofrenia cenderung terjadi pada pria daripada wanita (WHO, 2022). Indonesia menempati urutan pertama kasus skizofrenia dengan *Disability Adjusted Life Years rate* 321.870 orang, negara lain di bawahnya yakni Filipina, Thailand, dan Malaysia (Aprilla, Alini, Syafriani, & Afiah, 2024). Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023 menunjukkan bahwa rumah tangga yang memiliki anggota keluarga

gangguan jiwa skizofrenia atau psikosis berdasarkan gejala dan diagnosis sebesar 3%. Penderita gangguan skizofrenia di Indonesia berkisar antara 0,3% - 1% dan biasanya terlihat gejala pada usia sekitar 11-45 tahun sudah menderita skizofrenia (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Pasien di rumah sakit jiwa 99% merupakan penderita skizofrenia dan terbanyak di Yogjakarta, Aceh, dan Sulawesi Selatan yaitu 1,7% dari jumlah penduduk atau sekitar 400.000 orang, dengan kategori gangguan jiwa berat (Safitri, Isra, Limoa, Wahidah, & Hidayah, 2024).

Data di Provinsi Bali mencatat jumlah penderita gangguan jiwa ada sebanyak 7.691 pada Tahun 2023 berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Bali Tahun 2023. Angka ini belum mengalami perubahan yang signifikan pada tahun sebelumnya dengan jumlah penderita 7.780 orang. Kota Denpasar menempati peringkat tertinggi dengan 114.7 %, disusul Kabupaten Gianyar dengan angka 105.8 % dan diikuti Kabupaten Badung dan Bangli dengan masing-masing 100% (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2023). Hasil studi pendahuluan di Rumah Sakit Jiwa Manah Shanti Mahottama diperoleh data jumlah pasien rawat inap tiga tahun terakhir adalah Tahun 2022 sebanyak 1.729 pasien, Tahun 2023 sebanyak 1.988 pasien dan cenderung meningkat pada tahun 2024 sebanyak 2.037 pasien. Data menunjukan sekitar 90% pasien dengan gangguan skizofrenia menunjukan tanda dan gejala halusinasi (Landra & Anggelina, 2022).

Penatalaksanaan halusinasi terdapat dua jenis yaitu terapi medis dan terapi modalitas. Terapi medis berupa pemberian obat-obat antipsikotik seperti *Chlorpromazine, Valium atau Stesolid, Triflouperazine (Stelazine)* dan *Haloperidol* (Maramis & Maramis, 2009). Terapi modalitas adalah terapi utama dalam asuhan keperawatan jiwa. Terapi ini sangat efektif diberikan dalam upaya mengubah perilaku pasien dari perilaku maladaptif menjadi perilaku adaptif. Pemberian terapi modalitas keperawatan antara lain dapat berupa pemberian afirmasi positif. Afirmasi positif diberikan pada pasien skizofrenia dengan halusinasi dengan tujuan untuk memberikan pikiran positif yang bertujuan untuk menurunkan tingkat halusinasi yang dialami oleh pasien (Hapsari, 2019).

Penatalaksanan asuhan keperawatan pada pasien halusinasi juga dilakukan dengan pemberian terapi generalis. Strategi pelaksanaan terapi generalis dilakukan dengan mengajarkan cara menghardik halusinasi, selanjutnya mengajarkan cara minum obat secara teratur, mengontrol halusinasi dengan bercakap-cakap dengan orang lain, mengajarkan cara mengontrol halusinasi dengan melakukan aktifitas terjadwal (Pratiwi, Soleman, & Reknoningsih, 2023). Afirmasi merupakan kata-kata yang mampu mempengaruhi pikiran baik itu pikiran sadar dan bawah sadar. Afirmasi dapat mempengaruhi pola pikir, kebiasaan dan perilaku seseorang. Afirmasi positif merupakan kalimat dengan kata-kata positif yang berisi harapan atau cita cita untuk menghilangkan pikiran negatif. Afirmasi positif dapat dilakukan di dalam pikiran maupun melalui tulisan. Kata-kata positif ini mampu meningkatkan kesadaran diri dengan berpikir positif. Afirmasi positif memberikan pernyataan yang memperkuat keyakinan positif dalam diri kita sendiri, dengan mengulangi afirmasi positif secara teratur, dapat melatih otak untuk berpikir positif serta optimis (Septyanti, Anggraini, & Manurung, 2024).

Afirmasi adalah pernyataan sugestif yang dilakukan secara berulang-ulang, dimana harapan dari afirmasi positif ini adalah agar dapat memprogram pikiran bahkan dapat mendatangkan sebuah keajaiban dalam kehidupan. Tehnik afirmasi ini seperti doa dan

hipnotis, dimana bisa bekerja efektif ketika pikiran kita sedang dalam keadaan tenang dan fokus. Afirmasi dapat bekerja saat otak sedang dalam keadaan alpha-theta. Afirmasi dapat menyetel pikiran seseorang lewat pemrogaman alam bawah sadarnya. Konsentrasi, fokus dan semangat akan terus meningkat seiring dengan meningkatnya tingkat keberhasilan afirmasi dalam mempengaruhi alam bawah sadar. Afirmasi positif mampu memberikan pengaruh yang positif terhadap perkembangan kognitif manusia. Pada saat melakukan afirmasi, sesungguhnya sedang mempengaruhi keadaan pikiran bawah sadar (Hapsari, 2019). Penelitian tentang penerapan tehnik afirmasi pada pasien halusinasi pendengaran. didapatkan hasil bahwa setelah dilakukan implementasi selama lima hari dengan penerapan terapi afirmasi tanda dan gejala halusinasi pendengaran menurun dari enam menjadi dua tanda gejala. Terapi afirmasi dapat memberikan pengaruh terhadap penurunan tanda dan gejala halusinasi pendengaran (Sumiyati et al., 2023).

Studi pendahuluan yang dilakukan di RSJ Manah Shanti Mahottama menunjukkan bahwa pasien halusinasi mendapatkan terapi yang komprehensif, termasuk terapi keperawatan generalis dan spesialis. Terapi generalis membantu pasien mengelola gejala, seperti menghardik halusinasi, bercakap-cakap, aktivitas pengalihan, dan minum obat teratur. Terapi spesialis fokus pada pengembangan keterampilan dan kemampuan, seperti terapi aktivitas kelompok persepsi sensori, terapi okupasi, terapi modalitas. Selain itu, pasien juga mengikuti program rehabilitasi yang dirancang untuk meningkatkan kemandirian dan kualitas hidup. Pelatihan yang didapatkan di ruang rehabilitasi seperti berkebun, berternak, mencuci motor, berkesenian dan lainya. Namun, masih ada peluang untuk meningkatkan perawatan dengan memasukkan teknik afirmasi positif, yang dapat membantu pasien membangun kepercayaan diri dan mengurangi gejala. Penulis belum menemukan latihan afirmasi positif dilakukan secara rutin diruang rawat inap RSJ Manah Shanti Mahottama. Berdasarkan uraian di atas mendorong penulis untuk menyusun penelitian "Pengaruh Afirmasi Positif terhadap Tingkat Halusinasi Pendengaran Pasien Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Manah Shanti Mahottama"

TUJUAN

Penelitian ini untuk mengetahui apakah ada Pengaruh Afirmasi Positif terhadap Tingkat Halusinasi Pendengaran Pasien Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Manah Shanti Mahottama.

METODE

Desain

Jenis penelitian ini adalah pra eksperimen dengan pendekatan prospektif, *one group pretest-postest design*. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dengan no 488/E1.STIKESWIKA/EC/IV/2025, tertanggal 6 Mei 2025.

Populasi dan Sampel

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh pasien skizofrenia dengan halusinasi pendengaran dirawat di ruang rawat inap dewasa RSJ Manah Shanti Mahottama.

Jumlah populasi yang diperoleh adalah 40 orang. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *non probability sampling* jenis *purposive sampling*. Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu : klien dengan masalah keperawatan utama utama halusinasi pendengaran; klien mempunyai diagnosa medis skizofrenia,klien halusinasi usia dewasa (19-59 tahun); klien bersedia menjadi responden; klien halusinasi yang bisa membaca dan menulis. Kriteria eksklusi pada penelitian ini yaitu: klien yang sedang mendapat perawatan intensif; klien yang sedang dalam kondisi amuk; klien dengan kerusakan komunikasi verbal; klien dengan kerusakan pendengaran/tuli. Jumlah responden pada penelitian ini adalah 32 responden.

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Rumah Sakit Jiwa Manah Shanti Mahottama., sejak tanggal 25 Mei - 3 Juni 2025.

Instrumen

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner AHRS (*Auditory Hallucination Rating Scale*). AHRS merupakan alat ukur yang digunakan untuk menilai tingkat halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia. Skala ini menilai berbagai aspek halusinasi seperti frekuensi, intensitas, durasi, tingkat distres, serta pengaruh halusinasi terhadap perilaku. Penggunaan AHRS dalam penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran yang objektif dan terstandar mengenai tingkat halusinasi pendengaran sebelum dan sesudah diberikan intervensi relaksasi afirmasi positif. Hasil pengukuran dari kuesioner ini kemudian digunakan sebagai dasar untuk menentukan adanya perubahan atau penurunan tingkat halusinasi pada responden penelitian.

Intervensi

Terapi afirmasi positif yang diberikan berupa pernyataan yang digunakan untuk pasien, yang dilakukan dengan mengucapkan kalimat positif sederhana secara berulang yang dapat dituliskan. Kalimat yang digunakan adalah "sekarang saya orang yang lebih sehat, sabar dan tenang dalam menghadapi masalah". Afirmasi positif dilakukan sesuai standar operasional yang disusun dan diberikan dalam rentang waktu 5-10 menit, dengan pengulangan kalimat afirmasi positif sebanyak 10-20 kali. Afirmasi positif diberikan selama 7 hari pada sore hari (Pukul 15.00-17.00 Wita)

Analisa Data

Analisa data pada penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon Sign Rank.*

HASIL

Setelah dilakukan pengumpulan data pasien, didapatkan karakteristik subyek penelitian yang disajikan pada tabel berikut ini:

Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian (n=32)

Karakteristik Responden	F	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	24	75
Perempuan	8	25
Usia		
18-25 tahun (Remaja akhir)	3	9.4
26-35 tahun (Dewasa awal)	9	28,1
36-45 tahun (Dewasa akhir)	10	31,3
46-55 tahun (Lansia awal)	9	28,1
56-65 tahun (Lansia akhir)	1	3,1
Pendidikan		
Tidak Sekolah	6	18,8
Sekolah Dasar	9	28,1
SMP	4	12,5
SMA	12	37,5
Perguruan Tinggi	1	3,1
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	16	50
Bekerja	10	31,3
Paruh Waktu	6	18,7

Karakteristik subyek penelitian berdasarkan jenis kelamin adalah paling banyak berjenis kelamin laki-laki yaitu 24 orang (75%). Karakteristik subyek penelitian berdasarkan usia paling banyak berusia 36-45 tahun atau pada dewasa akhir yaitu 10 orang (31,3 %). Karakteristik subyek penelitian berdasarkan tingkat pendidikan adalah paling banyak dengan tingkat pendidikan SMA yaitu sebanyak 12 orang (37,5%). Karakteristik subyek penelitian berdasarkan pekerjaan adalah paling banyak tidak bekerja yaitu sebanyak 16 orang (50%).

Tabel 2. Analisis Pengaruh Afirmasi Positif terhadap Tingkat Halusinasi Pendengaran Pasien Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Manah Shanti Mahottama (n=32)

Variabel	Mean	Nilai Z	p *value*
Pretest	1.97	-3.317[b]	0,001
Posttest	1.63		

Tabel 2 menunjukan bahwa rata-rata tingkat halusinasi responden sebelum diberikan intervensi yaitu sebesar 1.97, dan setelah dilakukan intervensi afirmasi positif, rata-rata Tingkat halusinasi responden menjadi 1.63. Data ini menunjukkan terdapat perbedaan rata-rata sebelum dan sesudah dilakukan intervensi yaitu sebesar 0.34. Tabel diatas juga menunjukkan bahwa hasil penelitian didapatkan nilai p = 0,001 < α 0,05 berarti Ha penelitian diterima artinya ada pengaruh yang signifikan pemberian afirmasi positif terhadap tingkat halusinasi pendengaran pasien Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Manah Shanti Mahottama.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Karakteritik responden dalam penelitian ini berdasarkan jenis kelamin di dominasi oleh jenis kelamin laki-laki. Proporsi gangguan jiwa terbanyak terjadi pada jenis kelamin laki-laki (72%) dengan kemungkinan laki-laki berisiko 2,37 kali lebih besar mengalami kejadian skizofrenia dibandingkan perempuan. Laki-laki lebih mudah mengalami gangguan jiwa dikarenakan laki- laki menjadi harapan penopang utama rumah tangga sehingga lebih besar mengalami tekanan hidup, sedangkan perempuan lebih sedikit berisiko menderita gangguan jiwa dibandingkan laki-laki karena perempuan lebih bisa menerima situasi kehidupan dibandingkan dengan laki-laki (Hidayat, Hesty, Indrawati, & Suri, 2024).

Laki-laki mungkin merasakan tingkat stres yang cukup tinggi, rasa cemas, dan bahkan ansietas. Laki-laki cenderung lebih tertutup terkait dengan masalah yang dihadapinya, sedangkan perempuan yang memiliki kecenderungan untuk lebih mudah bercerita. Laki-laki memandang bahwa masalah sebagai suatu kesalahan yang memalukan. Hal itu membuat laki-laki berperang sendiri dan enggan mencari pertolongan dan bahkan menutup diri dari lingkungan. Karakteristik seperti ini mempengaruhi laki-laki cenderung mengalami gangguan jiwa (Pradana, Dewi, & Fitri, 2023). Pada diri laki-laki sering terjadi perubahan peran dan adanya penurunan interaksi soasial serta karena kehilangan pekerjaan, hal inilah yang menyebabkan beberapa laki-laki lebih rentan untuk mengalami gangguan mental hingga sampai depresi . Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian sebelumnya dimana mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki (Jayanti & Arwidiana, 2021).

Karakteritik responden dalam penelitian ini berdasarkan usia, mayoritas dalam kategori dewasa akhir (36-45 Tahun). Gangguan kesehatan jiwa pada usia dewasa dapat disebabkan oleh berbagai faktor pendukung seperti konflik dalam rumah tangga, sosial ekonomi, pengangguran, lingkungan kerja, penyalahgunaan napza, jaminan kesehatan, isolasi sosial dan keluarga, keharmonisan rumah tangga dan penyakit kronis. Faktor penyebab gangguan kesehatan jiwa yang tidak ditangani secara tepat akan mengakibatkan dampat kurang baik pada kelangsungan hidup. Penelitian sebelumnya menemukan hal yang sejalan dengan temuan pada penelitian ini, dimana pasien skizofreni mayoritas pada kategori usia dewasa akhir (Jayanti & Arwidiana, 2021). Usia dewasa adalah masa dimana individu mengalami kematangan dari aspek kognitif, emosi dan perilaku. Kegagalan yang dialami seseorang untuk mencapai tingkat kematangan tersebut akan sulit memenuhi tuntutan perkembangan pada usia tersebut sehingga dapat berdampak muncul gangguan jiwa. Tingginya persentase jumlah pasien skizofrenia yang berada pada rentang usia dewasa diduga disebabkan karena tekanan berat yang dialami usia produktif. Pada rentang usia tersebut individu dituntut agar mampu menghasilkan sesuatu yang baik untuk diri sendiri, keluarga, maupun lingkungan (Herlina, Hasanah, & Utami, 2024).

Karakteritik responden dalam penelitian ini berdasarkan pendidikan, mayoritas dalam kategori pendidikan menengah atas. Kejadian skizofrenia paling banyak didapatkan pada individu dengan tingkat pendidikan yang rendah (Kaplan, Saddock, & Grebb, 2010). Hal ini dikarenakan individu tersebut sering mendapatkan penghinaan, jarang mendapatkan penghargaan dan memicu stres (Kaplan et al., 2010). Tingkat pendidikan bisa mempengaruhi kemampuan untuk menerima dan menyerap informasi, menyelesaikan permasalahan, dan bersikap serta berperilaku dengan baik. Pendidikan rendah memiliki risiko sesorang memiliki

ketidakmampuan dalam merawat kesehatannya sendiri (Elmiyati & Dian, 2024). Penderita gangguan jiwa mengalami penurunan kemampuan bersosialisasi serta mendapatkan informasi dari luar secara tepat. Kondisi seperti ini akan sangat mempengaruhi seseorang pada saat menjalankan proses pendidikan. Jika individu sudah memiliki riwayat skizofrenia akan mengakibatkan individu sulit mengikuti pendidikan formal. Pendidikan yang dapat diraih pasien juga a cenderung tidak dapat tinggi bila menderita skizofrenia. Pasien dengan pendidikan rendah cenderung kurang mau memperhatikan kualitas hidup. Hal ini berakibat mereka tidak dapat melaksanakan dan mengikuti terapi sesuai instruksi untuk menangani permasalahan skizofrenia (Ginting, Ginting, & Siregar, 2024). Pendidikan menengah atas mayoritas mengalami afirmasi yang positif dan mengikuti terapi dengan baik (Elmiyati & Dian, 2024).

Karakteritik responden dalam penelitian ini berdasarkan pekerjaan, mayoritas dalam kategori tidak bekerja. Seseorang yang tidak memiliki pekerjaan sangat rentan mengalami stres. Pekerjaan sangat erat berhubungan dengan penghasilan dan status ekonomi masing-masing individu. Hal ini didukung oleh penelitian yang menyatakan bahwa stres yang dialami anggota kelompok sosial ekonomi rendah berperan dalam perkembangan skizofrenia (Herlina et al., 2024). Tingkat sosial ekonomi rendah merupakan salah satu faktor sosial yang menyebabkan tingginya angka gangguan jiwa, kondisi tidak bekerja semakin membuat klien mengkritik diri, stres, dan perasaan ingin marah dan memukul orang lain yang menyebabkan adanya stresor sosial yang pada akhirnya terjadi penilaian terhadap stresor dalam bentuk respons pada individu (Gusdiansyah, 2016).

Pekerjaan sebagai sumber pendapatan akan sangat membantu dalam memperbaiki kehidupan sosial ekonomi seseorang, sehingga mengurangi munculnya stres berlebihan. Stres akan lebih mudah dialami oleh individu yang tidak memiliki pekerjaan atau pekerjaan yang tidak tetap. Stres yang dialami oleh orang akan memicu lebih banyak produksi hormon stress (kadar katekolamin), serta orang yang tidak memiliki pekerjaan akan merasa tidak berdaya karena selalu merasa pesimis dan tidak memiliki harapan menjalani hidup dan masa depan (Darsana & Suariyani, 2020). Penderita skizofrenia mengalami gangguan pada karakter diri, fungsi intelektualnya, realitas hidup yang terputus, dan kehilangan rasa tanggung jawab. Kondisi penderita skizofrenia yang seperti ini terkadang membuat individu sebelumnya bekerja menjadi tidak bekerja. kondisi dari penyakitnya serta penurunan kemampuan untuk bekerja dan bersosialisasi, mengakibatkan individu dengan skizofrenia mudah kehilangan pekerjaan (Ginting et al., 2024). Penelitian sebelumnya mencatat karakteristik responden berdasarkan pekerjaan didominasi oleh kategori tidak bekerja (Jayanti & Arwidiana, 2020).

Pengaruh Afirmasi Positif Terhadap Tingkat Halusinasi Pendengaran

Hasil penelitian menunjukan ada perubahan yang signifikan terhadap tingkat halusinasi pendengaran sebelum dan sesudah pemberian terapi afirmasi positif pada pasien skizofrenia dengan halusinasi pendengaran. Temuan pada penelitian ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya, dimana terdapat perbedaan yang signifikan antara intensitas halusinasi sebelum intervensi terapi afirmasi positif dan setelah intervensi terapi afirmasi positif (Hapsari, 2019). Sumiyati et al., (2023) melakukan studi dengan memberikan tindakan afirmasi positif dan pengkajian secara langsung, dimana setelah dilakukan

implementasi selama lima hari dengan penerapan terapi afirmasi tanda dan gejala halusinasi pendengaran menurun dari enam menjadi dua tanda gejala. Terapi afirmasi mempengaruhi penurunan tanda dan gejala halusinasi pendengaran yang dialami pasien (Sumiyati et al., 2023).

Teknik afirmasi positif termasuk kedalam bentuk *self hypnosis.* Terapi ini mampu menghasilkan tingkat relaksasi tinggi untuk mengurangi ketegangan dalam diri (Mayliyan & Budiarto, 2022). Afirmasi positif berpengaruh dalam mengatur aktivitas pada sistem limbik yang memproduksi opioid, serotonin dan GABA di bagian amigdala yang dapat memperbaiki regulasi kortisol (Wandira & Alfianto, 2021). Terapi neurochemical dapat menurunkan nyeri, menurunkan tekanan darah, menurunkan kecemasan, memperbaiki 3F yaitu (*Fight, flight, freeze response*), memperbaiki regulasi sistem saraf otonom dan memberikan perasaan yang nyaman (Wandira & Alfianto, 2021). Afirmasi positif mampu mempengaruhi sistem syaraf simpatis dan parasimpatis untuk memicu pengeluaran hormon endorfin. Hormon ini dapat memberikan energi positif dalam tubuh, mengurangi tekanan darah dan mengurangi ketegangan pada tubuh. Terapi afirmasi positif dapat memberikan pengaruh yang positif pada fisik dan psikologis individu. Terapi ini memberikan ketenangan, kedamaian, selalu berfikiran positif yang disebabkan adanya hormon anti stres, sehingga memberikan perasaan rileks dan membentuk respon emosi positif (Hermawati, Suzanna, & Dekawaty, 2022).

Afirmasi positif ini sendiri ditujukan agar manusia dapat memrogram *subconcious*-nya (alam bawah sadar). Individu menulis ide-ide atau isi pikiran masa lalu yang keliru kemudian individu dapat menggantinya dengan yang baru dan positif sehinga kehidupan berjalan menjadi jauh lebih baik (Muniroh & Wardani, 2020). Afirmasi positif sendiri digunakan untuk memprogram ulang pikiran manusia lalu membuang kepercayaan yang keliru dalam pikiran *subconcious*. Kepercayaan tersebut tidak ada perbedaan apakaah nyata atau tidak, namun pikiran *subconcious* kita selalu menerimanya sebagai sebuah hal yang nyata dan mempengaruhi pikiran *concious* dengan suatu ide atau gagasan yang lain (Hermawati et al., 2022).

Terjadinya perubahan tingkat halusinasi setelah diberikan afirmasi positif karena pada saat pelaksanaan terapi, responden diajari melalui tuntunan oleh pemimpin terapi untuk melakukan tindakan tertentu yaitu dituntun untuk fokus dan berespon pada stimulus yang diberikan dengan positif. Hal ini sesuai dengan pendekatan teori Bandura yang dikemukakan pada penelitian sebelumnya bahwa perubahan perilaku sangat dipengaruhi oleh dua hal yaitu pembelajaran modeling dan pembelajaran sosial. Belajar secara modeling dan observasi dapat mempengaruhi penguasaan tingkah laku sosial tertentu. Individu akan menerima suatu model dan kemudian meniru setiap perilakunya, melalui internalisasi atas gambaran yang ditampilkan. Sehingga seseorang belajar untuk fokus dan memberi respon kepada stimulus yang diberikan berupa aktivitas yang diperagakan oleh model (Ansani & Samsir, 2022).

Hasil penelitian juga menunjukan ada satu responden masih dalam kategori berat setelah diberikan intervensi. Sebelum intervensi skor responden adalah 28 (kategori berat) sedangkan sesudah intervensi skor turun menjadi 24 dan masih dalam kategori berat. Meskipun responden masih dalam kategori berat, akan tetapi terjadi penurunan skor tingkat halusinasi pasien sebanyak empat poin. kondisi ini disebabkan karena responden belum mampu mengalihkan dan mengontrol perilakunya. Selama intervensi responden mau

mengikuti kegiatan secara berkelompok namun pasien kurang mampu fokus. Pasien masih tampak malu-malu saat mengucapkan kalimat afirmasi positif. Suara pasien juga masih kecil saat mengucapkan kalimat tersebut. Pasien juga belum mampu untuk menghapal dan memahami kalimat positif yang ditulis. Pasien tampak sesekali masih membaca kalimat afirmasi positif pada kertas yang sudah ditulis. Hal ini mengakibatkan responden masih kurang mampu mengubah perilaku dan pikiran negatif menjadi pikiran dan perilaku positif. Perasaan yang timbul dari cara berpikir negatif akan membuat seseorang berperilaku destruktif sehingga pada saat seseorang mendapat stressor akan berpikir negatif terhadap diri sendiri dan orang lain. Jikalau kondisi ini terus menerus berlangsung maka seseorang akan mengalami ganguan dalam mempersepsikan stimulus yang diterima.

Tindakan keperawatan yang dilakukan kepada responden yaitu berfokus memberikan bantuan dalam proses perawatan, menstabilkan selama proses pengobatan dan membantu mengontrol tanda gejala yang muncul, termasuk kemampuan dalam hal sosialisasi, keterampilan dan aktifitas *self care* yang dilakukan kepada klien dengan halusinasi. Tindakan yang dilakukan bertujuan untuk mengurangi stres dan memberikan dukungan untuk meminimalisasi kemungkinan terjadinya kekambuhan, membantu klien dalam beradaptasi terhadap lingkungan, dan membantu klien dalam menurunkan tanda gejala (Gusdiansyah, 2016).

Terapi afirmasi positif memiliki pengaruh dalam menurunkan tingkat halusinasi pendengaran pasien skizofrenia. Terapi ini melatih pasien untuk mengontrol pikiran-pikiran negatif yang muncul dengan mengulang kata-kata afirmasi positif yang telah ditentukan sebelumnya. Afirmasi positif membantu menekan timbulnya pikiran negatif yang dirasakan aleh pasien secara tidak sadar. Kata-kata positif yang diulang secara terus menerus dan rutin akan mempengaruhi pikiran tidak sadar yang kemudian akan dimanifestasikan ke pikiran sadar. selama proses terapi pasien dalam kondisi rileks dan nyaman karena kata-kata positif yang diucapkan. Kondisi seperti ini akan merilekskan saraf simpatis dan parasimpatis kemudian menstimulasi tubuh untuk menghasilkan hormon-hormon kebahagian, menurunkan tekanan darah, menurunkan kecemasan. Perubahan kondisi akan membantu pasien dalam proses menerima pengobatan, membantu dalam menerima terapi , dan berpikir jernih dalam bersikap dan berperilaku.

Efektivitas afirmasi positif tidak hanya dari sisi psikologis, tetapi juga dari sisi fisiologis dan neurologis. Terapi ini secara nyata memberikan dampak yang menyeluruh terhadap penurunan gejala halusinasi pendengaran. Kata-kata afirmasi yang diulang dalam kondisi relaks bukan hanya memengaruhi pikiran sadar, tetapi secara bertahap merekonstruksi pikiran bawah sadar yang selama ini terisi oleh kepercayaan negatif atau pikiran distorsi yang memperkuat halusinasi. Keberhasilan afirmasi positif dalam menurunkan intensitas halusinasi juga berkaitan erat dengan peningkatan kontrol diri pasien. Dengan terapi ini, pasien belajar mengelola emosi negatif secara lebih sehat, menumbuhkan makna hidup, dan membangun persepsi diri yang lebih positif. Ketika pasien merasa lebih tenang, dihargai, dan memiliki harapan, sistem pertahanan psikologisnya akan membaik, dan gejala-gejala psikotik seperti halusinasi pendengaran akan berkurang intensitasnya. Lebih lanjut, peneliti memandang bahwa terapi afirmasi positif sangat potensial diterapkan secara luas di lingkungan rumah sakit jiwa maupun komunitas. Selain karena mudah dilakukan dan tidak membutuhkan alat khusus, terapi ini dapat dipraktikkan

secara mandiri oleh pasien maupun didampingi oleh keluarga dan tenaga kesehatan. Dengan pelatihan yang tepat dan berkelanjutan, afirmasi positif tidak hanya akan menurunkan gejala, tetapi juga berkontribusi pada proses pemulihan jangka panjang (*recovery-oriented care*) pasien skizofrenia.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa afirmasi positif berpengaruh signifikan terhadap penurunan tingkat halusinasi pendengaran pada pasien skizofrenia. Keterbatasan dalam penelitian ini Adalah metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode pre eskperimental dengan desain *one group pre-posttest*, dalam hal ini tidak menggunakan kelompok kontrol. Penelitian ini hanya mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan melibatkan satu kelompok subyek. Proses pengajuan ijin penelitian berlangsung cukup lama karena libur hari raya dan cuti bersama yang cukup banyak. Pada proses pemberian intervensi beberapa pasien masih membaca tulisan pada kertas sehingga kurang begitu focus, namun peneliti tetap memberikan bimbingan. Pasien gangguan jiwa yang bukan termasuk responden ingin ikut serta dalam kegiatan. Diharapkan penelitian ini sebagai acuan untuk pengembangan ilmu keperawatan yang komprehensif khususnya keperawatan jiwa serta disarankan untuk peneliti selanjutnya agar melakukan intervensi kepada pasien dengan jenis halusinasi lainnya atau dengan diagnosa keperawatan jiwa lainnya

DAFTAR PUSTAKA

Ansani, & Samsir, H. M. (2022). Bandura ' s Modeling Theory. *Jurnal Multidisiplin Madani*, *2*(7), 3067–3080. https://doi.org/10.55927/mudima.v2i7.692

Aprilla, N., Alini, Syafriani, & Afiah. (2024). Hubungan Antara Stigma Masyarakat dengan Penerimaan Masyarakat Terhadap Pasien Skizofrenia di Kelurahan Air Tiris Kecamatan Kampar. *Jurnal Ners*, *8*(1), 286–290. https://doi.org/10.31004/jn.v8i1.18776

Darsana, I. W., & Suariyani, N. L. P. (2020). Trend Karakteristik Demografi Pasien Skizofrenia Di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Bali (2013-2018). *Arc. Com. Health*, *7*(1), 41–51. https://doi.org/10.24843/ACH.2020.v07.i01.p05

Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Bali Tahun 2022*. Denpasar.

Elmiyati, & Dian, C. N. (2024). Gambaran Karakteristik Pasien Halusinasi Di Ruang Rawat Inap RSJ Aceh. *Jurnal Aceh Medika*, *8*(1), 168–172.

Ginting, A., Ginting, F. S. H. br., & Siregar, D. S. A. (2024). Karakteristik Penderita Skizofrenia Di Rumah Sakit Jiwa Prof.DR.M. *Riset Ilmu Kesehatan Umum*, *2*(1), 1–21. https://doi.org/10.57213/jrikuf.v2i1.68

Global Health Data Exchange. (2021). Global Burden of Diseases. Retrieved June 30, 2024, from https://gbd2021.healthdata.org/gbd-results/

Gusdiansyah, E. (2016). *Pengaruh Psikoedukasi Keluarga Terhadap Klien Dan Kemampuan Klien Perilaku Kekerasan Dan Kemampuan Keluarga Dalam Merawat Di Rumah*

(Universitas Andalas). Universitas Andalas. Retrieved from http://scholar.unand.ac.id/18689/5/PENGARUH PSIKOEDUKASI KELUARGA TERHADAP KLIEN DAN KEMAMPUAN KLIEN PERILAKU KEKERASAN DAN.pdf

Hapsari, N. S. (2019). *Pengaruh Afirmasi Positif Terhadap Tingkat Halusinasi Pada Pasien Skizofrenia di RSJ Prof. Dr. Soeroyo Magelang* (Unversitas Muhammadiyah Malang). Unversitas Muhammadiyah Malang. Retrieved from https://repositori.unimma.ac.id/295/

Herlina, W. S., Hasanah, U., & Utami, I. T. (2024). Penerapan Terapi Menghardik Dan Menggambar Terhadap Tanda Dan Gejala Pada Pasien Halusinasi Pendengaran. *Jurnal Cendikia Muda*, *4*(2), 625–633.

Hermawati, Suzanna, & Dekawaty, A. (2022). Afirmasi Positif pada Klien dengan Ketidakberdayaan di Palembang. *Buletin Ilmu Kebidanan Dan Keperawatan*, *1*(02), 63–68. https://doi.org/10.56741/bikk.v1i02.132

Hidayat, M., Hesty, H., Indrawati, I. I., & Suri, M. (2024). Identifikasi Faktor-Faktor Penyebab Gangguan Jiwa pada Remaja di Rumah Sakit Jiwa. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, *13*(2), 338–348. https://doi.org/10.36565/jab.v13i2.844

Jatinandya, M. P. A., & Purwito, D. (2020). Terapi Okupasi Pada Pasien Dengan Halusinasi Di Rumah Sakit Umum Daerah Banyumas. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah, Edisi Khus*(September), 295–301. https://doi.org/10.30651/jkm.v0i0.5605

Jayanti, D. M. A. D., & Arwidiana, D. P. (2020). The Ilustation of Physical Health and Scizofrenia Patients' Independence in Performing Personal Hygiene at Bali Province's Mental Hospital. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, *7*(2), 66. https://doi.org/10.35842/jkry.v7i2.539

Jayanti, D. M. A. D., & Arwidiana, D. P. (2021). Factors Related To Schizoprenia Patients' Ability In Performing Self-Treatment. *Interest : Jurnal Ilmu Kesehatan*, *10*(1), 10–17. https://doi.org/10.37341/interest.v0i0.301

Kaplan, H. I., Saddock, B. J., & Grebb, J. A. (2010). *Sinopsis Psikiatri Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis*. Tangerang: Bina Rupa.

Kementerian Kesehatan RI. (2023). Survei Kesehatan Indonesia Dalam Angka: Data Akurat Kebijakan Tepat. In *Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan RI*. Jakarta.

Landra, I. K. G., & Anggelina, K. D. I. (2022). Skizofrenia Paranoid Paranoid Schizophrenia. *Ganesha Medicina Journal*, *2*(1), 66–71. https://doi.org/10.23887/gm.v2i1.46314

Maramis, W. F., & Maramis, A. A. (2009). *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa* (2nd ed.). Surabaya: Airlangga University Press. Retrieved from https://books.google.co.id/books?id=SBrIDwAAQBAJ

Mayliyan, A. K., & Budiarto, E. (2022). Pengaruh Afirmasi Positif Terhadap Depresi, Ansietas, Dan Stres Warga Binaan Di Rutan Pada Kasus Penyalahgunaan Napza. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, *10*(4), 683–690. https://doi.org/10.26714/jkj.10.4.2022.683-690

Muniroh, S., & Wardani, I. Y. (2020). Positive Affirmation As an Intervention of Inequality in Urban Systemic Lupus Erythematosus Problems. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, *1*(2), 62–68. https://doi.org/10.32584/JIKJ.V1I2.149

Pradana, V. W., Dewi, N. R., & Fitri, N. L. (2023). Penerapan Terapi Okupasi Menggambar Terhadap Tanda dan Gejala Pasien Halusinasi Pendengaran di Ruang Kutilang RSJD Privinsi Lampung Application OF Occupational Therapy Drawing on the Signs and Symptoms of Hearing Hallucination Patients in Kutilang Room RSJD Lampung Province. *Jurnal Cendikia Muda*, *3*(1), 149–154.

Pratiwi, F. I., Soleman, S. R., & Reknoningsih, W. (2023). Penerapan Terapi Generalis Halusinasi Untuk Menurunkan Tingkat Halusinasi Pada Pasien Skizofrenia Di RSJD Dr.RM. Soedjarwadi Klaten. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, *3*(3), 21–29. https://doi.org/10.55606/jikki.v3i3.2074

Safitri, R., Isra, N., Limoa, E., Wahidah, & Hidayah. (2024). Gambaran Kemandirian Melakukan Perawatan Diri Pada Pasien Skizofrenia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat: PREPOTIF*, *8*(2), 4–6. https://doi.org/10.31004/prepotif.v8i2.30247

Septyanti, G., Anggraini, N., & Manurung, A. (2024). Penerapan Terapi Afirmasi Positif pada Pasien dengan Harga Diri Rendah di Rumah Sakit Jiwa Palembang. *Jurnal Anestesi: Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, *2*(3), 168–177. https://doi.org/10.59680/anestesi.v2i3.1221

Subandi, M. A. (2015). Bangkit: The Processes of Recovery from First Episode Psychosis in Java. *Culture, Medicine and Psychiatry*, *39*(4), 597–613. https://doi.org/10.1007/s11013-015-9427-x

Sumiyati, I., Pratiwi, A., Suryati, T., & Mentari. (2023). Penerapan Terapi Afirmasi pada Pasien Halusinasi Pendengaran. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, *2*(8), 36–40.

Videbeck, S. L. (2022). *Psychiatric-Mental Health Nursing* (9th ed.). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.

Wandira, S. A., & Alfianto, A. G. (2021). *Merubah Stigma Sosial Pada Seseorang Dengan Covid-19*. Malang: PT Literasi Nusantara Abadi Grup.

WHO. (2022). World mental health report: Transforming mental health for all. In *WHO*. Geneva. https://doi.org/10.1136/bmj.o1593

NURSEPEDIA