

**EFEKTIFITAS ART THERAPY UNTUK MENGURANGI HALUSINASI PADA PASIEN  
SKIZOPRENIA****Hendrawati Hendrawati<sup>1\*</sup>, Iceu Amira<sup>2</sup>, Udin Rosidin<sup>3</sup>**<sup>1-3</sup>Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran

Email Korespondensi: hendrawati@unpad.ac.id

Disubmit: 06 Mei 2025

Diterima: 30 Juli 2025

Diterbitkan: 01 Agustus 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v7i8.20580>**ABSTRACT**

*Schizophrenia is a psychotic disorder that can cause a person to have limitations in the process of thinking, communicating, interpreting reality, feeling emotions and expressing the emotions they feel. Hallucinations are a symptom of schizophrenia where sufferers experience disturbances in sensory perception and will feel sensations that actually do not exist or are not real, which can be in the form of sound, taste, sight, smell and touch. This research is to determine and analyze the effectiveness of Art therapy interventions in the recovery of schizophrenia patients. This research uses a literature study method with secondary data from previous research obtained from 535 journals adjusted to the inclusion and exclusion criteria, with the publication year 2014-2024, which was determined by the researcher through Search using online databases, namely Pubmed, Garuda, and Google Scholar search engine. The application of art therapy has proven effective in managing the symptoms that appear in schizophrenia patients, one of which is hallucinations. Art therapy can be carried out using various methods because art is abstract and very broad, and involves many senses, thus providing a way for patients to express hallucinatory experiences nonverbally. Art therapy or drawing therapy has been widely used in the medical environment, one of which is to treat mental disorders such as hallucinations because it functions to release emotions, express oneself through non-verbal means and build communication. . It is hoped that it can become a reference for health practitioners, especially mental health nurses, to implement art therapy interventions as actions that are given routinely as non-pharmacological therapy*

**Keywords:** Art Therapy, Hallucinations, Schizophrenia.**ABSTRAK**

Skizofrenia merupakan gangguan psikotik yang dapat menyebabkan seseorang memiliki keterbatasan dalam proses berpikir, berkomunikasi, menafsirkan realitas, merasakan emosi dan mengekspresikan perasaan emosi yang dirasakannya. Halusinasi adalah gejala skizofrenia dimana penderita mengalami gangguan pada persepsi sensori akan merasakan sensasi yang sebenarnya tidak ada atau tidak nyata, dapat berbentuk suara, pengecapan, penglihatan, penghidu dan perabaan. Penelitian ini untuk mengetahui dan menganalisa efektivitas dari intervensi Art therapy dalam pemulihan pasien skizofrenia. Penelitian ini menggunakan metode studi literatur dengan data sekunder hasil

penelitian terdahulu yang didapatkan sebanyak 535 jurnal yang disesuaikan dengan kriteria inklusi dan eksklusi, dengan tahun terbit 2014- 2024, yang ditetapkan oleh peneliti melalui pencarian menggunakan Database Online yaitu Pubmed, Garuda, dan *search engine* Google Scholar. Penerapan *art therapy* terbukti efektif untuk mengelola gejala yang muncul pada pasien skizofrenia, salah satunya halusinasi. *Art therapy* dapat dilakukan dengan berbagai metode karena seni itu abstrak dan sangat luas, serta melibatkan banyak indera sehingga memberikan cara bagi pasien untuk mengekspresikan pengalaman halusinasi secara nonverbal. *Art therapy* atau terapi menggambar telah banyak digunakan di lingkungan medis, salah satunya untuk pengobatan penyakit gangguan jiwa seperti halusinasi karena berfungsi untuk melepaskan emosi, mengekspresikan diri melalui cara-cara non verbal dan membangun komunikasi. Diharapkan dapat menjadi referensi bagi praktisi kesehatan, terutama perawat Jiwa untuk menerapkan intervensi Art terapi sebagai tindakan yang diberikan secara rutin sebagai terapi non farmakologi.

**Kata Kunci:** Art Terapi, Halusinasi, Skizoprenia.

## PENDAHULUAN

Seseorang dikatakan memiliki kesehatan jiwa yang baik jika mampu berkembang secara psikologis, fisik, spiritual, dan sosial. Hal ini memungkinkan individu untuk menyadari kelebihan dan keterampilannya, memiliki strategi koping yang efektif terhadap tekanan eksternal, serta mampu bekerja secara produktif dan berkontribusi dalam komunitasnya. Gangguan jiwa ditandai dengan kesulitan individu dalam memahami kehidupan, berkomunikasi dengan orang lain, dan menentukan keputusan untuk dirinya sendiri. Skizofrenia menjadi salah satu gangguan jiwa yang sering terjadi. Skizofrenia merupakan gangguan psikotik yang dapat menyebabkan seseorang memiliki keterbatasan dalam proses berpikir, berkomunikasi, menafsirkan realitas, merasakan emosi dan mengekspresikan perasaan emosi yang dirasakannya. Skizofrenia dapat menyebabkan seseorang mengalami penyimpangan dalam memaknai persepsi, emosi, pikiran, serta tindakan yang membahayakan diri penderita dan orang lain yang ada disekitar penderita. Gejala yang biasanya

dialami oleh penderita skizofrenia yaitu adanya gangguan dalam proses berpikir, gangguan psikomotor, gangguan kognitif, gangguan afek, emosi, serta mengalami gejala sekunder berupa halusinasi. Halusinasi merupakan gejala skizofrenia dimana penderita mengalami gangguan pada persepsi sensori akan merasakan sensasi yang sebenarnya tidak ada atau tidak nyata. Sensasi tersebut dapat berbentuk suara, pengecapan, penglihatan, penghidu dan perabaan. Sehingga penderita akan merasakan stimulus yang sebenarnya tidak nyata. Individu dengan halusinasi akan mengalami gejala adanya bisikan, gangguan dalam persepsi, dan pasien akan merasa bingung membedakan yang nyata dengan yang tidak nyata. Seseorang dengan skizofrenia akan mengalami salah satu ciri umum dari gangguan mental yaitu terjadi penurunan fungsi kognitif dan psikomotor seperti penurunan perhatian, gangguan dalam menerima informasi, gangguan mengingat atau memori, gangguan fungsi eksekutif, gangguan bahasa, dan gangguan dalam fungsi kognitif

sosial sehingga gangguan kognitif tersebut dapat memengaruhi kehidupan sehari-hari dan kualitas hidup pasien, serta mengganggu efektivitas pengobatan pada pasien skizofrenia. Salah satu jenis permasalahan pada pasien skizofrenia adalah halusinasi (Annisa, AN. et al. 2024). Halusinasi adalah suatu gejala gangguan jiwa pada individu yang ditandai dengan perubahan sensori persepsi: merasakan sensasi palsu berupa suara, penglihatan, perabaan pengecap dan penghidu. Halusinasi adalah hilangnya kemampuan manusia dalam membedakan rangsangan internal (pikiran) dan rangsangan eksternal (dunia luar). Sebagai contoh klien mengatakan mendengar suara padahal tidak ada orang yang berbicara. Tanda dan gejala yang dialami pasien dengan halusinasi antara lain bicara atau tertawa sendiri, marah-marah tanpa sebab, memalingkan muka ke arah telinga seperti mendengar sesuatu, menutup telinga, menunjuk-nunjuk ke arah tertentu, ketakutan pada sesuatu yang tidak jelas, mencium sesuatu seperti sedang membaui bau-bauan tertentu, menutup hidung, sering meludah, muntah, dan menggaruk-garuk permukaan kulit. Individu yang mengalami halusinasi harus diarahkan pada respon perilaku yang adaptif melalui penerapan asuhan keperawatan yang komprehensif dan terus menerus, disertai juga dengan terapi-terapi modalitas seperti Terapi Aktivitas Kelompok (Kamariyah & Yuliana. 2021). Aktivitas menggambar dapat membantu pasien dalam menyalurkan atau mengekspresikan perasaan, pemikiran, dan emosi yang selama ini mempengaruhi perilaku yang tidak disadarinya, memberikan kegembiraan, hiburan, serta mengalihkan perhatian pasien pada dunianya sendiri untuk terlibat

dalam kegiatan kelompok. Melalui aktivitas menggambar juga dapat membantu pasien untuk mengembangkan rasa percaya diri, belajar untuk mempercayai orang lain, serta memiliki kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain. Maka dari itu untuk mencegah akibat dari halusinasi perlu adanya tindakan yang tepat yaitu dengan memberikan tindakan keperawatan seperti pemberian terapi kognitif dan terapi perilaku. Selain itu terdapat intervensi yang dapat diterapkan pada individu dengan halusinasi yaitu dengan memberikan intervensi terapi seni. Terapi seni adalah terapi yang dilakukan dengan media seni untuk mengetahui perasaan, memediasi adanya masalah emosional, dan meningkatkan sadar akan dirinya sendiri, manajemen untuk berperilaku, berguna untuk pengembangan dalam keterampilan bersosialisasi, menurunkan perasaan cemas, dan dapat mengembangkan harga diri. Terapi seni untuk individu dengan halusinasi dapat digunakan sebagai bentuk komunikasi yang bersumber dari alam bawah sadar penderita melalui objek atau berupa symbol. Dan dari situlah muncul sebuah gambar yang melambangkan ekspresi dari pasien. Maka dari itu intervensi terapi seni dapat membantu dalam meningkatkan kesehatan mental seseorang dengan halusinasi. sehingga melalui terapi seni juga mampu meningkatkan aspek kognitif, afektif dan psikomotorik pada seseorang dengan gangguan mental. Terapi seni dapat menurunkan gejala halusinasi karena dengan melakukan intervensi terapi seni mampu meminimalkan penderita berinteraksi dengan dunianya sendiri, mampu menyalurkan pikiran, perasaan atau emosi. Selain itu intervensi terapi seni mampu membantu pasien mengalihkan perhatiannya dari

halusinasi sehingga penderita tidak ada berfokus pada halusinasi yang muncul. Lalu berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti ingin mengetahui apakah intervensi terapi seni yang diterapkan kepada pasien dengan halusinasi di RSJD dr. Arif Zainuddin Surakarta mampu meningkatkan kognitif dan psikomotor pasien dalam mengontrol halusinasinya. Gejala yang biasanya dialami oleh penderita skizofrenia yaitu adanya gangguan dalam proses berpikir, gangguan psikomotor, gangguan kognitif, gangguan afek, emosi, serta mengalami gejala sekunder berupa halusinasi.

#### KAJIAN PUSTAKA

Art therapy adalah bentuk terapi yang menggunakan media seni seperti lukisan, patung, atau musik untuk membantu individu mengekspresikan diri, mengelola emosi, dan mengatasi masalah psikologis. Proses kreatif ini membantu individu meningkatkan kesadaran diri, mengelola perilaku, dan mengembangkan keterampilan sosial. Art therapy atau biasa disebut sebagai terapi seni merupakan salah satu bentuk psikoterapi yang menggunakan seni sebagai media utamanya dimana seni ini berguna sebagai alat komunikasi. Kegiatan dalam art therapy dapat melibatkan semua seni mulai dari menggambar, menari, menyanyi, melukis, memahat, dan jenis-jenis seni lainnya. Dalam penelitian kali ini menggunakan seni menggambar sebagai bentuk dari kegiatan art therapy itu sendiri, media yang digunakan dalam penelitian ini ialah kertas putih, pensil, serta pensil warna.. The American Art Therapy Association dalam (Muyasaroh, 2020) mendefinisikan art therapy sebagai terapi yang menggunakan seni dalam hubungan

profesional terhadap individu yang mengalami sakit, trauma atau tantangan dalam hidup,

dan mengembangkan diri. Individu dapat meningkatkan kesadaran diri sendiri dan orang lain, mengatasi gejala, stres, dan pengalaman traumatis; meningkatkan kemampuan kognitif; dan menikmati kesenangan hidup dengan membuat seni Sementara Nguyen (2016) mengungkapkan bahwa terapi seni adalah proses terapi dengan menggunakan kesadaran pribadi dan perubahan terjadi ketika pasien atau klien berinteraksi selama proses materi seni dan ketika individu mampu belajar sesuatu tentang diri mereka dari proses tersebut. Menurut Case dan Dalley dalam (Muyasaroh, 2020), art therapy melibatkan penggunaan media seni yang berbeda sehingga klien dapat mengekspresikan dan menyelesaikan masalah serta kekhawatiran yang telah membuat dirinya mengikuti sesi terapi. Terapis dan klien bekerjasama dalam mencoba memahami proses dan hasil sesi. Tujuan dan Manfaat Art Therapy Art therapy bukan hanya bertujuan untuk menghasilkan bentuk-bentuk seni artistik, namun bertujuan sebagai media yang digunakan untuk mengungkapkan ekspresi diri dan mengeksplorasi diri. Selain itu berdasar sumber historynya art therapy digunakan sebagai bentuk dari penanganan masalah kejiwaan. Seiring berjalannya waktu art therapy memiliki fungsi preventif yaitu sebagai bentuk dalam mengembangkan suatu sikap yang dapat meningkatkan kualitas hidup manusia. Selain itu art therapy juga memiliki beberapa manfaat diantaranya ialah Pertama, didatarkannya informasi yang lebih bernilai hal ini dikarenakan dihasilkannya suatu

karya seni yang dapat dijadikan sebagai dasar penilaian oleh konseling. Kedua sebagai bentuk sarana dalam pelepasan emosi dimana hal ini berguna sebagai pelepasan pengalaman yang menyakitkan dan mengganggu. Ketiga, berguna untuk meminimalisir tingkat stress dan menginduksi respon fisiologis melalui perubahan suasana hati. Keempat berguna untuk menambah wawasan mengenai kepelikan suatu hubungan fisiologis, emosi, dan gambar sebagai bagian dari intervensi efektivitas yang telah dilaksanakan. Selain itu art therapy juga banyak digunakan dalam kasus penyalahgunaan obat-obatan dan narkotika. Untuk itu secara garis besar tujuan dari art therapy ini ialah bertujuan untuk mengurangi simtom-simtom psikologis individu. Penguatan positive reinforcement menurut Krisnawardhani (2020) berarti "mendapatkan sesuatu yang baik". Sedangkan Putranto, A.K. (2016) menjelaskan positive.

Reinforcement adalah memberikan konsekuensi yang menyenangkan saat suatu perilaku yang diharapkan muncul dengan tujuan agar perilaku tersebut dilakukan lagi. Contoh positive reinforcement ialah pujian atau pemberian hadiah. Gelgel, Nengah (2002) menyatakan penguatan positif merupakan respon terhadap suatu tingkah laku yang dapat meningkatkan kemungkinan berulangnya kembali tingkah laku yang diharapkan. Positive reinforcement menurut Anam & Dwiyo (2019) berasal dari teori behavioristik dimana perubahan tingkah laku sebagai akibat dari adanya interaksi antara stimulus dan respon. Salah satu faktor yang dianggap penting oleh aliran behavioristik adalah faktor penguatan (reinforcement). Penguatan adalah apa saja yang

dapat memperkuat timbulnya respon. Bila penguatan ditambahkan (positive reinforcement) maka respon akan semakin kuat, Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa positive reinforcement adalah pembentukan suatu pola tingkah laku dengan memberikan ganjaran atau penguatan segera setelah tingkah laku yang diharapkan muncul. Dengan memberikan penguatan positif, maka perilaku yang diinginkan itu akan ditingkatkan atau diteruskan. Pengaruh Positive Reinforcement pada Art Therapy Atikandari (2018) menyatakan bahwa penguatan terapi menggunakan teknik penguatan positif (positive reinforcement) dapat membangun kepercayaan diri. Menurut Yunitasari, A. (2018) menyatakan bahwa penguatan terapi menggunakan teknik penguatan positif (positive reinforcement) dapat untuk meningkatkan interaksi sosial. Dan menurut Yudayanti, dkk. (2014), menyatakan bahwa penguatan terapi menggunakan teknik penguatan positif (positive reinforcement) dapat meningkatkan keterampilan dalam berkomunikasi interpersonal. Berdasarkan gagasan diatas, penggunaan art therapy yang disasarkan untuk menggunakan seni sebagai media terapi untuk dapat mengeluarkan perasaan terpendam (katarsis) yang menyebabkan kecemasan yang dapat diperkuat pelaksanaannya dengan memberikan konsekuensi yang menyenangkan saat suatu perilaku yang diharapkan muncul dengan tujuan agar perilaku tersebut dilakukan

Halusinasi merupakan suatu gejala gangguan jiwa dimana klien merasakan stimulus seperti merasakan sensasi palsu berupa suara, penglihatan, pengecapan perabaan atau penciuman yang

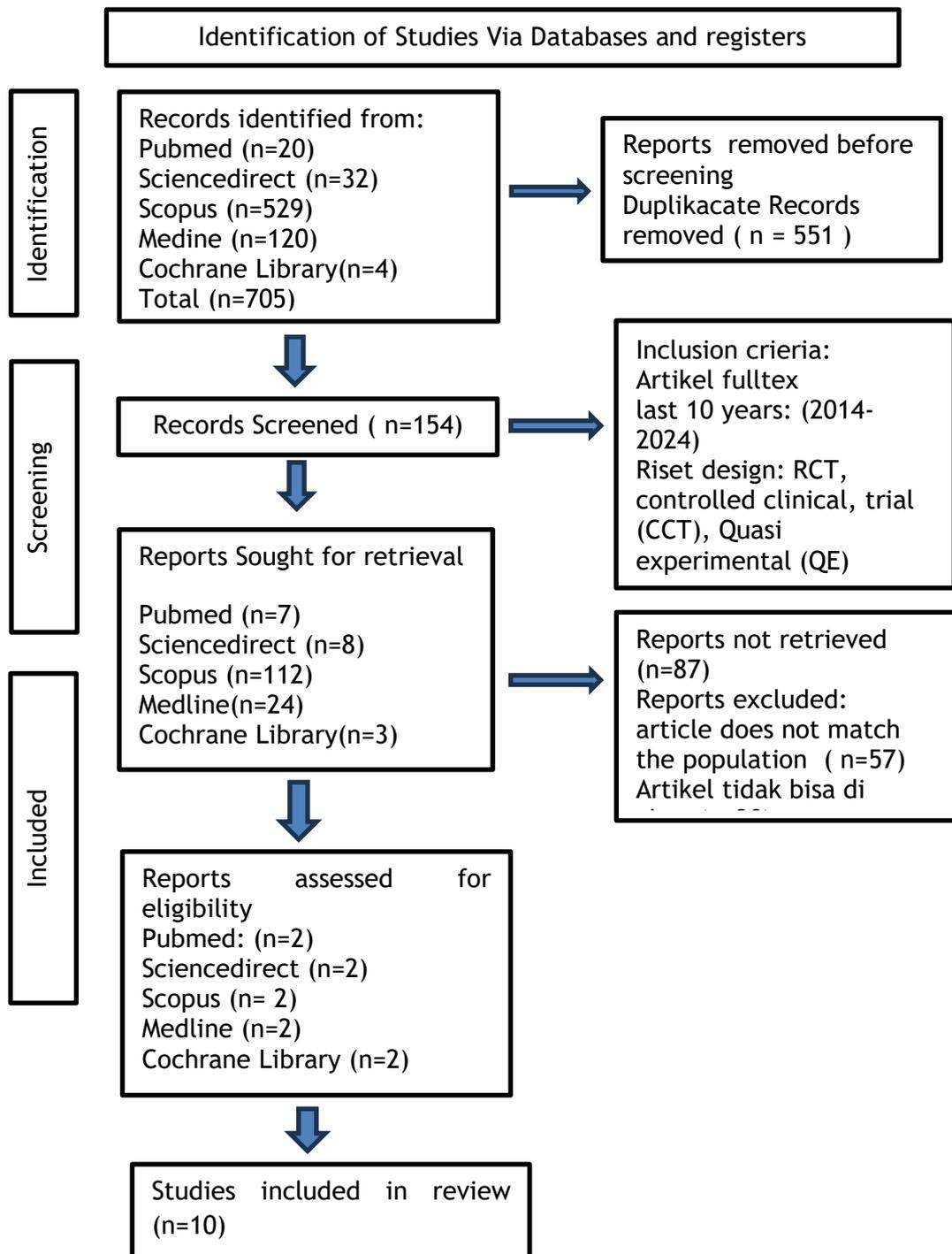
sebenarnya tidak ada atau tidak nyata halusinasi merupakan salah satu dari sekian bentuk psikopatologi yang paling parah dan membingungkan. Secara fenomenologis halusinasi adalah gangguan yang paling umum dan yang paling penting, selain itu halusinasi dapat dianggap sebagai karakteristik psikosis (Sutejo, 2017). Halusinasi adalah gangguan yang terjadi pada persepsi sensori dari satu objek tanpa adanya suatu rangsangan yang nyata dari luar, gangguan persepsi sensori ini meliputi seluruh pancaindra seperti merasakan sensasi palsu berupa pendengaran, penglihatan, penciuman, pengecap dan perabaan. Pasien biasanya merasakan suatu stimulus khusus yang sebenarnya tidak ada (Yusuf, Fitriyari, & Nihayati, 2015). Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah intervensi Art Therapy efektif dalam pemulihan pasien halusinasi dengan skizofrenia?” dan tujuan untuk mengetahui dan menganalisa efektivitas dari intervensi Art therapy dalam menurunkan Halusinasi pada pasien skizoprenia

#### METODOLOGI PENELITIAN

Literature review ini menggunakan metode *narrative review*. *Narrative review* adalah penelitian yang memiliki tujuan

untuk mengidentifikasi dan meringkas sesuatu yang sudah diterbitkan sebelumnya, mencari analisis yang dapat menstimulasi untuk menciptakan penelitian terbaru serta menghindari duplikasi. Penelitian *narrative* ini menghasilkan pemahaman dan analisis dasar, dan tidak sampai pada tinjauan yang komprehensif (Ferri, 2015). Penentuan PICO : Population (P) Schizophrenia, Intervention (I) Art Therapy, Comparison (C) no Comparison, Outcome (O) Reduce Hallucination.

Dalam proses pencarian artikel, digunakan beberapa kriteria seperti artikel publikasi 10 tahun terakhir, dan menggunakan bahasa Inggris dan bahasa Indonesia. Artikel yang digunakan merupakan artikel full text serta dapat diakses secara gratis. Kriteria Inklusi : Artikel full teks, tahun publikasi 10 tahun terakhir (2014-2024), Desain penelitian *randomized, controlled trial (RCT)*, *Controlled Clinical trial (CCT)* atau *Quasi Experimental (QE)*. Kriteria Eksklusi : Artikel tidak *open access*, Artikel tidak memuat informasi tambahan atau penunjang penelitian. Desain Penelitian *Systematic review* atau *studi protocol*. Penelusuran artikel mengikuti langkah-langkah yang tercantum dalam PRISMA Flow Diagram.



Gambar 1. Prisma Flow Diagram

Tabel 1. Hasil Ekstra Data

Judul/Pe nulis	Tujuan	Sample	Metode	Hasil
1. Gokcen, A., Ekici,G., Abaoglu,H ,, movemen t Therap in schizophr eni : A rater blinded randomize d controlled trial (2020)	Penelitian ini bertujuan untuk menentukan efektivitas terapi tari dancer yang berorien tasi pada tujuan terhadap simptom dan remisi fungsional pada orang yang didiagnosis dengan skizofrenia.	Tiga puluh dua orang dewasa yang didiagnos is dengan skizofreni a (usia 18-65) secara acak ditempat kan ke dalam kelompok intervensi atau kontrol.	RCT	Peningkatan yang signifikan dilaporkan pada gejala negatif, psikopatologi umum, dan remisi fungsional setelah kelompok terapi tari dan gerakan berorientasi Tujuan dibandingkan dengan kelompok kontrol. Temuan dari penelitian ini menunjukkan bahwa DMT berorientasi tujuan dapat digunakan untuk mencapai hasil psikososial yang lebih efektif.
2. Xu, Y. Q., Pan,Y. F., & Huo,X. N. Effect of dancether apy on the Bone mineral Density in long-term hospitaliz ed veteran Patients with schizophr enia / Zhou, Z.X., ( 2024)	Penelitian ini menyelidiki efek terapi tari terhadap kepadatan mineral tulang pada veteran yang dirawat jangka panjang dengan skizofrenia.	Sebanyak lima puluh delapan veteran yang dirawat ,jangka panjang dengan skizopren ia,di pilih dan dibagi secara avcak menjadi kelompok kontrol dan kelompok tari	RCT	Setelah terapi tari, kepadatan mineral tulang meningkat secara signifikan ( F = 5,650.P < 0,05 ), dan BMI menurun secara signifikan ( F = 5,701, P < 0,05 ) pada pasien ini . Terapi Tari adalah bentuk psiko terapi dan latihan aerobik. Aktivitas fisik dapat mencapai tujuan latihan tubuh secara keseluruhan, yang berdampak positif pada keadaan emosional pasien dan kualitas hidup, serta sebagian memperbaiki gejala-gejala tertentu.

<p>3. Utas-Akhan, L., Avci, D., &amp; Basak, I. Art therapy as nursing intervention for individuals with schizophrenia (2024)</p>	<p>Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efek dari seni terapi grup terhadap gejala klinis, alexithymia, dan kualitas hidup pada pasien skizofrenia.</p>	<p>Populasi dari Penelitian ini adalah 66 pasien dengan skizofrenia dari komunitas kesehatan mental di Turki dari September 2021 sampai Februari 2022.</p>	<p>RCT</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa grup dengan bantuan intervensi seni memiliki tingkat keparahan gejala yang lebih rendah, alexithymia lebih rendah, dan tingkat kesehatan psikologis, hubungan sosial, dan kualitas hidup total yang lebih tinggi daripada kelompok kontrol dengan perbedaan signifikan secara statistik (<math>p &lt; 0,05</math>)</p>
<p>4. Du Shih-Cing., et al. Effects of Art Visual Therapy Positive Symptoms, Negative Symptoms, and Emotions in Individuals with Schizophrenia/ (2024)</p>	<p>Penelitian bertujuan untuk meninjau secara sistematis dan melakukan meta-analisis terhadap efek terapi seni visual pada gejala positif, gejala negatif, dan emosi pada individu dengan skizofrenia</p>	<p>Populasi dalam penelitian ini adalah 30 dengan distribusi yang proporsional antara kelompok eksperimen dan kontrol</p>	<p>Studi ini menggunakan desain penelitian uji coba terkontrol acak (RCT)</p>	<p>Analisis subkelompok menunjukkan bahwa seni lukis dan kerajinan tangan memiliki efek signifikan terhadap gejala positif dan negatif serta emosi. Kombinasi kaligrafi Tiongkok dan seni lukis juga menunjukkan efektivitas yang signifikan terhadap gejala positif, depresi, dan kecemasan. Peserta perempuan cenderung memiliki lebih banyak perbaikan pada gejala negatif dan kecemasan melalui terapi seni visual. Hasilnya menunjukkan bahwa terapi seni visual memiliki efek positif pada gejala kejiwaan dan emosi</p>

				penderita skizofrenia
5. Kong Yan., et al. Clinical study of dance art therapy on hospitalized patients with chronic schizophrenia/ (2024)	Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengaruh terapi gerakan tari (DMT) pada pasien rawat inap dengan skizofrenia kronis		Studi ini merupakan penelitian terkontrol acak prospektif yang dilakukan dari Juni 2019 hingga Juni 2020 di Shanghai Pudong New Area Mental Health Center. Sebanyak 120 pasien pria berusia antara 30 hingga 60 tahun	Setelah 6 dan 12 minggu, kelompok intervensi menunjukkan penurunan signifikan dalam skor PANSS dibandingkan kelompok kontrol ( $P < .05$ ). Peningkatan dalam penyelesaian klasifikasi dan jawaban benar pada WCST serta peningkatan skor MoCA juga dicatat pada kelompok intervensi. Temuan ini menunjukkan bahwa DMT dapat meningkatkan fungsi kognitif dan mengurangi gejala klinis pada pasien dengan skizofrenia kronis.
6. Josephine Ciufalo, Simone Zaccone, Giuseppe Fatiga, Giovanni B. Caputo/Italia. <i>Creative puppet therapy reduces hallucinations in patients diagnosed with schizophrenia: Preliminary</i>	Penelitian bertujuan untuk mengembangkan dan mengevaluasi terapi baru, yaitu Creative Puppet Therapy (CPT), untuk mengurangi halusinasi dan pengalaman anomali pada pasien dengan diagnosis skizofrenia.	24 pasien skizofrenia, dibagi menjadi kelompok intervensi (CPT) dan kelompok pseudo-treatment (aktivitas luar ruangan). 12 kontrol non-klinis	Quasi eksperimental	Efektivitas CPT: <ul style="list-style-type: none"> <li>● CPT secara signifikan mengurangi frekuensi halusinasi sensorik (penglihatan, pendengaran, rasa, dan bau), tetapi tidak secara signifikan memengaruhi halusinasi sensorik sentuhan dan interoepsi tubuh.</li> </ul> Ekspresi Emosi: <ul style="list-style-type: none"> <li>● Boneka yang dibuat pasien lebih banyak menunjukkan emosi negatif (takut, sedih, marah, bosan, jijik) dibandingkan</li> </ul>

<i>findings/</i> (2024)				boneka kelompok	dari
7. Julia Mitchell, Trudy Meehan/ Afrika. How art-as- therapy supports participan ts with a diagnosis of schizophre nia: A Phenomen ological lifeworld investigati on. (2022)	Penelitianber tujuan untuk Menje lajahi pengalaman pembuatan seni berbasis studio pada pengguna layanan kesehatan mental dengan diagno sis skizofrenia, dan dampaknya terhadap dimensi tubuh, waktu, ruang, sosialitas, dan identitas diri.	15 pasien dengan diagnosis skizofreni a (8 pria, 7 wanita; usia 28- 73 tahun) di rumah sakit psikiatri forensik Afrika Selatan. Kriteria: Stabil secara klinis dan telah menghadiri setidaknya tiga sesi seni berbasis studio	Quasi eksperimen t	DimensiTubuh(Embo diment): • Seni memfasilitasi keterlibatansensori motor dan membantu peserta merasa lebih rileks dan terhubung dengan dunia. • Peserta melaporkan pergeseran dari kecemasan menjadi kesadaran embodied yang lebih mendalam. DimensiWaktu (Temporality): • Seni membantu memperkuat rasa waktu implisit dan mendorong peserta fokus pada masa kini, sehingga • memperbaiki gangguan temporal yang sering terjadi pada skizofrenia. DimensiRuang (Spatiality): • Seni menciptakan pengalaman "seperti di rumah" di dalam lingkungan rumah sakit yang terasing. • Objek dan tempat yang digambarkan seringkali terkait dengan kenangan atau makna pribadi. Dimensi Sosialitas dan Identitas Diri (Sociality & Selfhood): • Seni membantu peserta mengeksplorasi posisi diri yang berbeda, menciptakan narasi	

			yang lebih kohesif tentang identitas mereka.
8. Du, et al. 2024 Effects of Visual Art Therapy on Positive Symptoms, Negative Symptoms, and Emotions in Individuals with Schizophrenia: A Systematic Review and Meta-Analysis.	Penelitian ini bertujuan untuk melakukan tinjauan sistematis dan meta-analysis terhadap efektivitas terapi seni visual pada gejala positif, negatif, dan emosi pada individu dengan skizofrenia.	Para peneliti melakukan Pencarian literatur berbasis data elektronik seperti PubMed, Embase, Cochrane Libra CEPS, CNKI, Wanfang, dan Yiigle, serta platform uji klinis seperti clinicaltrials.gov dan ChiCTR. Mereka	Terapi seni visual menunjukkan efek signifikan kecil hingga sedang pada gejala positif (SMD = 0,407), efek sedang pada gejala negatif (SMD = 0,697), efek sedang pada depresi (SMD = 0,610), dan efek besar pada kecemasan (SMD = 0,909). Penelitian ini Menunjukkan bahwa terapi seni visual dapat menurunkan gejala positif, gejala negatif, depresi, dan kecemasan

## PEMBAHASAN

Skizofrenia dapat diartikan menjadi seseorang yang menderita keretakan jiwa dan kepribadian (splitting of personality). Skizofrenia merupakan istilah untuk sekelompok psikosis dengan berbagai gangguan keperibadian disertai adanya perubahan yang khas dari cara berpikir, perasaan, dan hubungan dengan lingkungan atau sosial. Skizofrenia sering ditandai dengan gejala seperti halusinasi, delusi, dan gangguan kognitif. Pada pasien dengan skizofrenia, positive and negative symptoms pasti ditemukan mulai dari fase akut hingga fase tenang. Gejala positif yang khas pada pasien dengan skizofrenia dapat berupa perubahan persepsi sensori tanpa stimulus eksternal atau halusinasi, keyakinan yang

keliru terhadap kenyataan atau waham, kekacauan alam pikir, dan gelisah, agresif, serta bergembira yang berlebihan. Meskipun pengobatan utama untuk skizofrenia adalah penggunaan obat antipsikotik, banyak pasien masih mengalami gejala yang mengganggu, salah satunya halusinasi. Sehingga, pendekatan terapi tambahan dapat dilakukan untuk mengurangi gejala tersebut, salah satunya adalah dengan art therapy (terapi seni). Art therapy yang diberikan kepada penderita skizofrenia memanfaatkan media seni untuk mendorong ekspresi dan komunikasi, serta membantu individu yang mengalami kesulitan emosional. Art therapy yang dapat meningkatkan tingkat persepsi sensori dan afektif karena

melibatkan banyak indera, sehingga memberikan cara bagi pasien untuk mengekspresikan pengalaman halusinasi mereka secara nonverbal. Sejalan dengan penelitian Utas-Akhan L, et al (2024) menunjukkan bahwa dengan bantuan intervensi seni tingkat keparahan gejala menjadi lebih rendah dan tingkat kesehatan psikologis, hubungan sosial, dan kualitas hidup total dapat meningkat.

Terapi gerakan tari (Dance Movement Therapy, DMT) menawarkan cara bagi pasien untuk mengekspresikan diri, mengatasi emosi, dan berinteraksi dengan lingkungan mereka tanpa harus menggunakan kata-kata. Tari sering dilakukan dalam kelompok dan memberikan kesempatan bagi pasien untuk berinteraksi dengan orang lain. Interaksi sosial ini penting bagi pasien skizofrenia yang mungkin merasa terasing akibat kondisi mereka. Dengan berbagi pengalaman melalui tari, pasien dapat merasa lebih terhubung dengan orang lain, mengurangi rasa kesepian dan meningkatkan dukungan sosial. Menurut Zhou, et al (2024) Aktivitas fisik seperti DMT dapat mencapai tujuan latihan tubuh secara keseluruhan, yang berdampak positif pada keadaan emosional pasien dan kualitas hidup, serta sebagian memperbaiki gejala-gejala tertentu.

Hal ini sejalan dengan penelitian Gokcen, et al (2020) menunjukkan bahwa DMT berorientasi tujuan dapat digunakan untuk mencapai hasil psikososial yang lebih efektif, sehingga terapi ini tidak hanya membantu meringankan gejala klinis tetapi juga meningkatkan fungsi kognitif dan menurunkan BMI. Didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Kong Y, et al (2024), DMT yang telah diterapkan pada 60 pasien skizofrenia kronis dapat menurunkan skor positive and

negative syndrom scale (PANSS), peningkatan dalam hasil Wisconsin Card Sorting Test (WCST) dan Montreal Cognitive Assessment (MoCA), serta penurunan indeks massa tubuh (BMI) yang lebih besar dibandingkan dengan kelompok kontrol. DMT yang diterapkan pada pasien adalah "dance camp" dengan durasi 90 menit selama 3 kali dalam seminggu dengan tahapan pemanasan selama 15 menit, pelatihan relaksasi selama 5 menit, demonstrasi gerakan selama 15 menit, dan pasien mencoba gerakan selama 30 menit, setelah itu dilanjutkan dengan berbagi pengalaman dan perasaan selama 30 menit. Efek yang terjadi pada peserta yaitu terdapat peningkatan keterampilan sosial, kreativitas, dan kepercayaan diri. Selama mengikuti DMT, peserta juga lebih mengekspresikan diri melalui gerakan tubuh, hal tersebut dapat meningkatkan kognisi dan emosi mereka. Selain itu, musik yang digunakan dalam terapi ini dapat meredakan emosi peserta dan memperbaiki keadaan mental peserta. Hal ini menunjukkan bahwa DMT tidak hanya berfungsi sebagai sarana ekspresi, tetapi juga sebagai alat untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis pasien secara keseluruhan. Intervensi DMT dapat memberikan perbaikan fungsi kognitif, pengurangan gejala klinis, dan peningkatan kesehatan fisik pasien. Temuan ini dapat mendukung integrasi DMT sebagai metode rehabilitasi tambahan dalam perawatan pasien skizofrenia untuk meningkatkan kualitas hidup. Pengaruh Positive Reinforcement pada Art Therapy Atikandari (2018) menyatakan bahwa penguatan terapi menggunakan teknik penguatan positif (positive reinforcement) dapat membangun kepercayaan diri. Menurut Yunitasari, A. (2018) menyatakan

bahwa penguatan terapi menggunakan teknik penguatan positif (positive reinforcement) dapat untuk meningkatkan interaksi sosial. Dan menurut Yudayanti, dkk. (2014) menyatakan bahwa penguatan terapi menggunakan teknik penguatan positif (positive reinforcement) dapat meningkatkan keterampilan dalam berkomunikasi interpersonal. Berdasarkan gagasan diatas, penggunaan art therapy yang disasarkan untuk menggunakan seni sebagai media terapi untuk dapat mengeluarkan perasaan terpendam (katarsis) yang menyebabkan kecemasan yang dapat diperkuat pelaksanaannya dengan memberikan konsekuensi yang menyenangkan saat suatu perilaku yang diharapkan muncul dengan tujuan agar perilaku tersebut dilakukan Terapi lain yang dapat diberikan pada Skizofrenia adalah terapi seni visual yang mencakup kegiatan seperti menggambar dan melukis bisa menjadi cara untuk mengekspresikan bagi pasien skizofrenia secara nonverbal. Dengan menggunakan media seperti melukis, menggambar, dan kaligrafi, pasien tidak hanya dapat mengatasi emosi tetapi juga meningkatkan interaksi sosial dan kesadaran diri. Pendekatan ini dapat menjadi komplementer yang berharga terhadap pengobatan tradisional, memberikan harapan baru bagi pasien dalam proses pemulihan mereka. Sejalan dengan penelitian Du Shih-Cing, et al (2024), Waktu yang efektif untuk melakukan art therapy pada individu dengan skizofrenia, berdasarkan penelitian, adalah selama 3 hingga 5 sesi dalam periode 1 hingga 2 minggu. Sesi-sesi ini biasanya berlangsung antara 45 menit hingga 1 jam. Selain itu terapi seni visual memiliki efek positif

pada gejala kejiwaan dan emosi penderita skizofrenia, dengan analisis sub kelompok seni lukis dan kerajinan tangan serta kombinasi kaligrafi dan seni lukis juga menunjukkan efektivitas yang signifikan terhadap gejala positif, depresi, dan kecemasan. Namun dalam hal ini peserta perempuan cenderung memiliki lebih banyak perbaikan padagejala negatif dan kecemasan melalui terapi seni visual dibandingkan dengan peserta laki-laki. Perempuan umumnya lebih terbuka dalam mengekspresikan emosi mereka dibandingkan dengan laki-laki, dengan kegiatan seperti melukis atau menggambar memungkinkan perempuan dapat mengungkapkan perasaan yang mungkin sulit diungkapkan dengan kata-kata, sehingga membantu mereka mengatasi gejala negatif. Selain itu perempuan memiliki keterampilan sosial yang lebih baik, sehingga dapat memfasilitasi interaksi positif selama sesi terapi. Interaksi sosial yang positif ini dapat meningkatkan dukungan emosional dan memperkuat rasa komunitas, sehingga membantu mengurangi kecemasan dan meningkatkan hasil terap. Pada artikel yang ditulis oleh Ciufalo, et al (2024) penerapan terapi boneka kreatif (*creative puppet therapy*, CPT) dapat membantu mengurangi halusinasi pada pasien skizofrenia. Pada terapi ini, pasien membuat boneka menggunakan bahan *clay* yang mudah dibentuk (DAS). Terapi ini dilakukan dengan 12 sesi selama 2 jam, selama 12 minggu. Peserta dibagi menjadi tiga kelompok: satu kelompok pasien yang membuat boneka (CPT), satu kelompok pasien yang tidak terlibat dalam CPT tetapi mengikuti kegiatan luar ruangan (*pseudo-treatment*), dan satu kelompok kontrol yang juga membuat boneka. Instruksi

diberikan agar peserta tidak membuat potret diri atau wajah orang lain, sehingga mendorong kreativitas dan imajinasi mereka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa CPT secara signifikan mengurangi frekuensi halusinasi pada pasien yang terlibat dalam terapi. Penurunan halusinasi terjadi di semua modalitas sensorik, kecuali pada modalitas sentuhan dan interoception tubuh. Selain itu, boneka yang dibuat oleh pasien menunjukkan lebih banyak emosi negatif dan memiliki fitur wajah yang lebih besar, seperti diameter mata yang lebih besar dan panjang hidung yang lebih pendek dibandingkan dengan boneka yang dibuat oleh peserta kontrol. CPT tidak hanya membantu dalam mengurangi gejala halusinasi, tetapi juga meningkatkan kesadaran emosional dan memberikan cara bagi pasien untuk mengekspresikan diri. Hasil ini mendukung pentingnya terapi seni dalam pengobatan gangguan mental dan mendorong penerapan terapi ini dalam pengaturan rawat inap dan rawat jalan.

Pada penelitian lain yang dilakukan oleh Mitchell & Meehan (2022), menjelaskan bahwa intervensi *art-as-therapy* berfokus pada pengalaman pembuatan seni tanpa banyak terapi verbal. Pada sesi terapi ini, peserta didorong untuk mengekspresikan kreativitas mereka sebagai seniman, bukan sebagai pasien. Proses ini melibatkan analisis fenomenologis terhadap pengalaman hidup peserta selama pembuatan seni dengan perhatian khusus pada dimensi tubuh, ruang, waktu, sosial, dan diri peserta. Setelah mengikuti terapi ini, peserta mengatakan bahwa mereka mengalami pengurangan kecemasan, peningkatan suasana hati (*mood*) dan perasaan relaksasi. Para peserta

mengatakan bahwa *art-as-therapy* ini membantu mereka melupakan masalah yang dihadapi dan memberikan kesenangan. Proses ini juga memungkinkan peserta untuk merasakan kembali koneksi dengan diri mereka sendiri dan dunia di sekitar mereka. Sehingga, penelitian ini dapat membantu dalam pemulihan dan peningkatan kualitas hidup pasien skizofrenia. Secara keseluruhan, penerapan *art therapy* terbukti efektif untuk mengelola gejala yang muncul pada pasien skizofrenia, salah satunya halusinasi. *Art therapy* dapat dilakukan dengan berbagai metode karena seni itu abstrak dan sangat luas, serta melibatkan banyak indera sehingga memberikan cara bagi pasien untuk mengekspresikan pengalaman halusinasi mereka secara nonverbal. Keberhasilan *art therapy* sangat bergantung pada konsentrasi pasien selama mengikuti kegiatan *art therapy* yang disarankan oleh terapis. Namun, kurangnya motivasi dan komitmen dari klien untuk mengikuti terapi dapat menghambat efektivitas terapi. Selain itu, tidak semua individu cocok dengan *art therapy*, terutama yang tidak memiliki minat dan memiliki masalah kesehatan mental berat atau gangguan kognitif yang signifikan. Dengan demikian, perawat memiliki peran penting untuk memberikan motivasi selama *art therapy* dilakukan pada pasien supaya manfaat dari intervensi ini dapat bermanfaat dan mengurangi gejala seperti halusinasi pada pasien.

## KESIMPULAN

Dalam beberapa artikel di atas, terdapat beberapa intervensi terapi seni yang dapat dilakukan oleh pasien halusinasi salah satunya adalah terapi seni menggambar atau

melukis yang efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan dan mampu untuk mengontrol halusinasi. Terapi menggambar selain untuk penyembuhan juga dapat untuk meningkatkan kreativitas pasien. *Art therapy* atau terapi menggambar telah banyak digunakan di lingkungan medis, salah satunya untuk pengobatan penyakit gangguan jiwa seperti halusinasi karena berfungsi untuk melepaskan emosi, mengekspresikan diri melalui cara-cara non verbal dan membangun komunikasi. Diharapkan para petugas kesehatan terutama di rumah sakit jiwa dapat menerapkan pelaksanaan Art terapi pada pasien dengan halusinasi sehingga dapat mempercepat proses pemulihan klien.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, An. Oktaviana, W. Su'ib, A. (2024). Penerapan Intervensi Seni Terhadap Kognitif Dan Psikomotor Pasien Dalam Mengontrol Halusinasi. *Jurnal Ilmiah Stikes Kendal*. Vol. 14 (2).
- Bayu, S. R. A., & Fatimah, W. N. (2023). Mengontrol Gangguan Persepsi Sensori Dengan Aktivitas Yang Terjadwal. *Jkj: Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 11(1), 11-18.
- Candra, I. W., Ekawati, I. G. A., & Gama, I. K. (2014). Terapi Musik Klasik Terhadap Perubahan Gejala Perilaku Agresif Pasien Skizofrenia. Naskah Publikasi Poltekes Denpasar, 1(2), 1-9.
- Du, S.-C.; Li, C.-Y.; L, Y.-Y.; Hu, Y.-H.; Hsu, C.-W.; Cheng, C.-Y.; Chen, T.-T.; Hung, P.-H.; Lin, P.-Y.; Chen, C.-R. Effects Of Visual Art Therapy On Positive Symptoms, Negative Symptoms, And Emotions In Individuals With Schizophrenia: A Systematic Review And Meta-Analysis. *Healthcare* 2024, 12, 1156.
- Furyanti, E., & Sukaesti, D. (2018). Art Therapy Melukis Bebas Terhadap Kemampuan Pasien Mengontrol Halusinasi. *Jurnal Kesehatan Universitas Esa Unggul*, 3(6), 1-10.
- Fatihah, Nurillawaty, A., Yusrini, & Sukaesti, D. (2021). Literature Review: Terapi Okupasi Menggambar Terhadap Perubahan Tanda Dan Gejala Halusinasi Pada Pasien Gangguan Jiwa. *Jurnal Keperawatan Merdeka (Jkm)*, 1(1), 93-101
- Gokcen, A., Ekici, G., Abaoglu, H., & Sen, D. T. (2020). The Healing Effect Of Goal-Oriented Dance And Movement Therapy In Schizophrenia: A Rater-Blinded Randomized Controlled Trial. *The Art Of Psychotherapy*, 71.
- Hidayat, M., Nafiah, H., & Suyatno. (2023). Penerapan Art Therapy: Menggambar Pada Pasien Halusinasi Pendengaran Di Ruang Sena Rsjd Dr . Arif Zainudin Surakarta. *Prosiding Seminar Nasional Unimus*, 6, 507-515.
- Josephine, C. Zaccone, S. Fatiga, G. Caputo, G. B. (2024). *Creative Puppet Therapy Reduces Hallucinations In Patients Diagnosed With Schizophrenia: Preliminary Findings*. *Psychiatry Research*. Volume (342). Issn 0165-1781. (<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2024.116211>).
- Julia, M. Trudy, M. (2022). *How Art-As-Therapy Supports Participants With A Diagnosis Of Schizophrenia: A Phenomenological Lifeworld*

- Investigation. The Arts In Psychotherapy. Volume(80). Issn 0197-4556. (Https://Doi.Org/10.1016/J.Aip.2022.101917).*
- Kamariyah, Yuliana. (2021). Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Sensori: Menggambar Terhadap Perubahan Tingkat Halusinasi Pada Pasien Halusiansi Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Jiwa Daerah Jambi. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(2), Juli, 511-514.
- Kong Yan., Et Al.2024 , Clinical Study Of Dance Art Therap On Hospitalized Patients With Chronic Schizophrenia Karya Ilmiah
- Luo, X., Zhang, Z., Zheng, Z., Ye, Q., Wang, J., Wu, Q., & Huang, G. (2022). Art Therapy As An Adjuvant Treatment For Schizophrenia: A Protocol For An Updated Systematic Review And Subgroup Meta-Analysis Of Randomized Clinical Trials Following The Prisma Guidelines. *Medicine*, 101(40), E30935. <https://doi.org/10.1097/Md.00000000000030935>.
- Muthmainnah, M., Syisnawati, S., Rasmawati, R., Sutria, E., & Hernah, S. (2023). Terapi Menggambar Menurunkan Tanda Dan Gejala Pasien Skizofrenia Dengan Halusinasi. *Journal Of Nursing Innovation*, 2(3), 97-101. <https://doi.org/10.61923/Jni.V2i3.20>
- Puspaningrum, H., & Rochmawati, H. D. (2015). Pengaruh Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap Kemampuan Mengontrol Halusinasi Pada Pasien Halusinasi Di Rsj Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah. Karya Ilmiah.
- Sudarmono, Afni, N., Andri, M., & Rafiudin. (2018). Faktor Risiko Kejadian Skizofrenia Di Rumah Sakit Madani Palu. *Universitas Muhammadiyah Palu*, 59(1), 540-550.
- Ursuliak, Z., Hughes, J., Crocker, C. E., Mackenzie, A., & Tibbo, P. G. (2020). Claymation Art Therapy In Early Phase Psychosis: A Qualitative Study To Explore Participants' Experiences With The Program And Identify Outcome Effects. *Early Intervention In Psychiatry*, 14(6), 698-704. <https://doi.org/10.1111/Eip.12896>
- Utas-Akhan, L., Avci, D., & Basak, I. (2024). Art Therapy As A Nursing Intervention For Individuals With Schizophrenia. *Journal Of Psychosocial Nursing And Mental Health Services*, 62(5), 29-38. <https://doi.org/10.3928/02793695-20231025->
- Xu, Y. Q., Pan, Y. F., & Huo, X. N. (2024). Effect Of Dance Therapy On The Bone Mineral Density In Long Term,Hospitalized Veteran Patientswithschizophrenia / Zhou,Z.
- Zhou, Z. X., Xu, Y. Q., Pan, Y. F., & Huo, X. N. (2024). Effect Of Dance Therapy On The Bone Mineral Density In Long-Term Hospitalized Veteran Patients With Schizophrenia. *Asian Journal Of Surgery*, 47(5), 2443-2444.