



Implementasi Teknik Menghardik Pada Pasien Halusinasi Pendengaran di Wilayah Kerja Puskesmas Jenggawah

Raihan Akmal Athallah¹, Komarudin²

^{1,2} Universitas Muhammadiyah Jember

e-mail: rahnakml059@gmail.com

Article Info

Article history:

Received Juni 27, 2026

Revised Juli 09, 2026

Accepted Juli 22, 2026

Keywords:

Auditory Hallucinations,
Sensory Perception
Disturbance, Rebuking
Technique, Psychiatric Nursing

ABSTRACT

Background: Auditory hallucinations are a type of sensory perception disorder characterized by hearing voices or sounds without any actual external stimulus. Uncontrolled auditory hallucinations may affect an individual's ability to think, interact, and behave appropriately. One of the nursing interventions that can be applied to help patients control auditory hallucinations is the rebuking technique. **Objective:** This study aimed to implement the rebuking technique in a patient with auditory hallucinations in the working area of Jenggawah Public Health Center. **Methods:** This study employed a descriptive case study design involving one patient diagnosed with sensory perception disturbance: auditory hallucinations. Data were collected through interviews, observation, and documentation. The rebuking technique was implemented for three consecutive days by teaching the patient to recognize hallucinations, close the eyes, cover both ears with the hands, and firmly reject the hallucinations by using assertive verbal commands. **Results:** The results showed that on the first day, the patient was able to follow instructions and independently practice the rebuking technique, although the hallucinations still occurred frequently. On the second day, there was an improvement in the patient's knowledge and independence in applying the technique, and the patient reported a slight reduction in the frequency of hallucinations. On the third day, further improvements were observed in the patient's knowledge, independence, and selfconfidence in controlling hallucinations. The implementation of the rebuking technique had a positive impact on the patient's ability to control auditory hallucinations, as evidenced by increased knowledge, independence, selfconfidence, and the ability to independently apply the technique when hallucinations occurred..

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Article Info

Article history:

Received Juni 27, 2026

Revised Juli 09, 2026

Accepted Juli 22, 2026

Keywords:

Halusinasi Pendengaran,
Gangguan Persepsi Sensori,
Teknik Menghardik,
Keperawatan Jiwa

ABSTRACT

Latar Belakang: Halusinasi pendengaran merupakan salah satu gangguan persepsi sensori yang ditandai dengan munculnya pengalaman mendengar suara atau bunyi tanpa adanya rangsangan nyata dari lingkungan. Kondisi ini dapat mengganggu fungsi individu dalam berpikir, berinteraksi sosial, serta mengendalikan perilaku. Salah satu tindakan keperawatan yang dapat digunakan untuk membantu pasien mengontrol halusinasi adalah teknik menghardik, yaitu kemampuan menolak dan mengabaikan stimulus halusinasi secara tegas. Tujuan Penelitian: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan teknik menghardik dalam membantu mengendalikan halusinasi pendengaran pada pasien Tn. A di wilayah kerja Puskesmas Jenggawah. **Metode Penelitian:** Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan deskriptif pada satu pasien yang mengalami gangguan persepsi sensori berupa



halusinasi pendengaran. Data penelitian diperoleh melalui proses wawancara, observasi langsung, serta telaah dokumentasi yang berkaitan dengan kondisi pasien. Implementasi teknik menghardik dilakukan selama tiga hari berturut-turut dengan mengajarkan pasien mengenali halusinasi, menutup mata, menutup telinga menggunakan kedua tangan, serta mengucapkan kalimat penolakan secara tegas terhadap halusinasi yang muncul. **Hasil:** Hasil implementasi menunjukkan bahwa pada hari pertama pasien mampu mengikuti dan mempraktikkan teknik menghardik atas instruksi perawat. Pada hari pasien masih mampu dalam mendemonstrasikan teknik menghardik serta pasien melaporkan frekuensi halusinasi mulai berkurang. Pada hari ketiga ditemukan peningkatan pengetahuan diri pasien dalam mengendalikan halusinasi yang muncul. Implementasi teknik menghardik memberikan dampak positif terhadap kemampuan pasien dalam mengontrol halusinasi.

This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license.



Corresponding Author:

Raihan Akmal Athallah
Universitas Muhammadiyah Jember
rahnakml059@gmail.com

PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan salah satu permasalahan kesehatan yang saat ini mendapat perhatian luas karena jumlah kasusnya yang terus meningkat serta dampaknya yang besar terhadap fungsi kognitif individu. Salah satu gangguan kesehatan jiwa yang sering dijumpai adalah halusinasi. Individu yang mengalami halusinasi cenderung mengalami hambatan dalam berpikir logis, mengendalikan emosi, dan berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Halusinasi adalah suatu gangguan persepsi yang terjadi akibat adanya disfungsi pada proses kerja otak, sehingga individu merasakan pengalaman sensorik tanpa adanya rangsangan nyata dari lingkungan. Kondisi ini dapat memengaruhi pikiran, perasaan, persepsi, perilaku, dan respons seseorang secara tidak wajar. Kejadian halusinasi ditemukan di berbagai negara dan sering dikaitkan dengan gangguan psikologis yang berdampak pada berbagai aspek kehidupan, termasuk hubungan keluarga, interaksi sosial, pendidikan, pekerjaan, serta fungsi kepribadian individu (Hulu et al., 2022).

Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2022, diperkirakan sekitar 24 juta penduduk dunia atau sekitar 0,32% dari total populasi mengalami halusinasi. Pada kelompok usia dewasa, prevalensinya tercatat lebih tinggi, yaitu sekitar 0,45% atau setara dengan 1 dari 222 orang dewasa. Di Amerika Serikat, National Alliance on Mental Illness melaporkan bahwa sekitar 1,5 juta orang dewasa mengalami diagnosis halusinasi setiap tahunnya (Silaban, 2025). Selain itu, data yang dipublikasikan oleh Rokom(2021) menunjukkan bahwa secara global terdapat sekitar 35 juta orang yang mengalami depresi dan sekitar 21 juta orang hidup dengan skizofrenia. Data tersebut menunjukkan bahwa gangguan kesehatan jiwa, termasuk halusinasi, masih menjadi permasalahan kesehatan yang memerlukan perhatian dan penanganan yang berkelanjutan (Kemenkes RI, 2021).

Pada pasien yang mengalami halusinasi pendengaran, individu sering mendengar suara-suara yang sebenarnya tidak berasal dari lingkungan sekitar. Suara tersebut dapat berupa panggilan, perintah, maupun beberapa suara yang memberikan komentar terhadap pikiran atau perilaku pasien. Munculnya halusinasi dapat dipengaruhi oleh ketidakmampuan individu



dalam mengatasi stresor serta rendahnya kemampuan pengendalian diri. Apabila kondisi ini tidak dikenali dan ditangani secara tepat, pasien berisiko mengalami berbagai dampak negatif, seperti perasaan tidak berdaya, kecemasan berlebihan, ketakutan, munculnya pikiran-pikiran negatif, hingga perilaku agresif atau kekerasan. Oleh karena itu, diperlukan penatalaksanaan dan intervensi yang tepat untuk membantu mengendalikan halusinasi serta mencegah terjadinya komplikasi yang lebih serius (Jannah, 2024).

Salah satu bentuk halusinasi yang paling sering ditemukan adalah halusinasi pendengaran. Jenis halusinasi ini menjadi perhatian penting dalam pelayanan kesehatan jiwa karena dapat menimbulkan berbagai risiko apabila tidak ditangani secara tepat. Halusinasi pendengaran berpotensi mengancam keselamatan pasien, orang lain, maupun lingkungan di sekitarnya. Kondisi tersebut terjadi karena suara yang didengar pasien sering berisi hinaan, ancaman, atau perintah tertentu yang dapat mendorong pasien untuk melakukan tindakan yang membahayakan diri sendiri maupun orang lain. Oleh karena itu, diperlukan penanganan yang komprehensif guna membantu pasien mengendalikan halusinasi yang dialaminya (Pitriani dkk. 2021).

Upaya penanganan bisa dilakukan beberapa cara seperti mengajarkan menghardik halusinasi saat datang, dengan tujuan pengendalian halusinasi yaitu menolak halusinasi yang muncul, dengan mengatakan tidak terhadap halusinasi yang muncul bila perlu sambil menutup telinga. Teknik menghardik merupakan salah satu upaya yang digunakan untuk membantu pasien mengendalikan halusinasi dengan cara menolak atau tidak mengikuti stimulus halusinasi yang muncul. Dalam penerapannya, pasien dilatih untuk memberikan penolakan secara tegas terhadap suara atau persepsi yang tidak nyata serta mengabaikan halusinasi tersebut. Melalui latihan yang dilakukan secara berulang, pasien diharapkan mampu meningkatkan kontrol diri sehingga tidak terpengaruh oleh isi halusinasi yang dialaminya. Meskipun halusinasi masih dapat muncul, kemampuan menghardik dapat membantu pasien mencegah keterlibatan lebih lanjut dengan halusinasi sehingga tidak mudah mengikuti perintah atau pesan yang muncul dari halusinasi tersebut (Oktavia dkk. 2021).

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan jenis studi kasus deskriptif secara mendalam tentang Implementasi Teknik Menghardik Untuk Mengontrol Halusinasi Pendengaran Di Wilayah Kerja Puskesmas Jenggawah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengkajian, pasien mengatakan sering mendengar suara yang muncul secara tiba-tiba dan telah dialami selama kurang lebih tujuh tahun. Pasien mengatakan tidak mengetahui waktu pasti munculnya halusinasi karena terjadi secara spontan. Saat halusinasi muncul, pasien tidak merasa takut maupun khawatir dan menganggap kondisi tersebut sebagai sesuatu yang biasa dialami.

Setelah dilakukan pengkajian, peneliti memberikan edukasi mengenai teknik menghardik sebagai salah satu cara mengontrol halusinasi. Pasien diajarkan untuk mengenali munculnya halusinasi, kemudian menutup mata saat halusinasi muncul, menutup kedua telinga menggunakan tangan, dan mengucapkan kalimat penolakan secara tegas, yaitu "Pergi! Kamu tidak nyata! Saya tidak mau dengar!". Pasien mampu mengikuti seluruh instruksi yang diberikan dan melakukan pengulangan sebanyak tiga kali.

**Tabel 1.** Hasil Lembar Observasi

No	Aspek	Ya	Tidak	Keterangan
1	Mengenali halusinasi			
	Menyebutkan waktu terjadinya halusinasi	✓		Tiba tiba
	Menyebutkan perasaan saat halusinasi muncul	✓		Biasa saja
2	Tahap Pelaksanaan Menghardik			
	Saat halusinasi muncul, pasien menutup mata		✓	Klien mengatakan tidak merasa takut dengan gangguannya karena sudah terbiasa selama 7 tahun
	Menutup telinga dengan kedua tangan	✓		Klien tampak kooperatif dan mencoba
	Mengatakan dengan tegas: "Pergi! Kamu tidak nyata! Saya tidak mau dengar!"	✓		Klien mengikuti intruksi peneliti, dengan mengulang kata yang di ucap "pergi! Kamu tidak nyata!saya tidak mau dengar!"
3	Evaluasi Tindakan			
	Mampu mempraktikkan teknik dengan intruksi perawat	✓		Klien mengikuti intruksi peneliti, dengan mengulang kata yang di ucap "pergi! Kamu tidak nyata!saya tidak mau dengar!"
	Frekuensi halusinasi berkurang setelah menghardik.		✓	Frekuensi halusinasi berkurang setelah menghardik.
	Pasien tampak lebih tenang	✓		Klien mengatakan sedikit lebih tenang

Tabel 2. Implementasi dan evaluasi teknik menghardik

Hari	Implementasi	Data subjektif	Data objektif
Hari ke 1	Membina hubungan saling percaya (BHSP) dengan Klien. Mengidentifikasi isi, frekuensi, waktu, situasi pencetus, dan respons Klien terhadap halusinasi. Menjelaskan pengertian dan tujuan teknik menghardik sebagai cara mengontrol halusinasi. Mengajarkan dan melatih pasien mempragakan teknik menghardik dengan mengatakan, "Pergi, saya tidak mau mendengar kamu!" saat halusinasi muncul.	Klien mengatakan tidak merasa takut dengan gangguan yang dialaminya karena sudah terbiasa selama 7 tahun. Klien mengatakan bersedia mempelajari cara mengontrol halusinasi.	Klien kooperatif selama proses interaksi. Klien mampu mengungkapkan pengalaman terkait halusinasi yang dialami. Klien memperhatikan penjelasan yang diberikan perawat. Klien mampu mempragakan teknik menghardik dengan bimbingan perawat
Hari ke 2	Peneliti Mengevaluasi pemahaman Klien tentang teknik menghardik yang telah diajarkan. Meminta Klien menjelaskan kembali pengertian, tujuan, dan langkah-langkah teknik menghardik. Melatih Klien mempragakan kembali teknik menghardik sesuai instruksi perawat.	Klien mengatakan masih ingat cara menghardik halusinasi yang telah diajarkan. Klien mengatakan, "Kalau suara itu muncul saya akan bilang pergi, saya tidak mau dengar." Klien mengatakan memahami cara melakukan teknik	Klien mampu mempragakan teknik menghardik sesuai instruksi perawat. Klien tampak kooperatif selama interaksi.



		menghardik.	
Hari ke 3	Peneliti Mengevaluasi kembali kemampuan Klien dalam melakukan teknik menghardik. Memberikan penguatan positif terhadap kemampuan Klien mengontrol halusinasi. Meminta Klien mendemonstrasikan teknik menghardik dan menjelaskan kapan teknik tersebut digunakan.	Klien mengatakan masih mengingat cara menghardik halusinasi. Klien mengatakan siap menggunakan teknik menghardik apabila halusinasi muncul. Klien mengatakan memahami kapan teknik menghardik harus dilakukan..	Klien mampu mengikuti instruksi perawat dalam memperagakan teknik menghardik dengan benar. Klien mampu menjelaskan langkah-langkah penggunaan teknik menghardik. Klien tenang, tampak kontak mata baik, dan kooperatif selama interaksi. Penerapan teknik menghardik saat halusinasi muncul belum dapat diverifikasi karena pasien tinggal sendiri dan tidak berada dalam pengawasan langsung perawat.

Pembahasan

Hasil studi kasus menunjukkan bahwa penerapan teknik menghardik selama tiga hari memberikan perubahan positif terhadap kemampuan pasien dalam mengontrol halusinasi pendengaran. Perubahan tersebut ditunjukkan melalui peningkatan pengetahuan pasien mengenai cara mengatasi halusinasi, peningkatan kemandirian dalam menerapkan teknik menghardik, serta peningkatan kepercayaan diri pasien dalam menghadapi halusinasi yang muncul.

Pada tahap awal pengkajian, pasien mengatakan telah mengalami halusinasi pendengaran selama kurang lebih tujuh tahun dan suara yang muncul terjadi secara tiba-tiba. Kondisi ini menunjukkan bahwa halusinasi telah berlangsung dalam jangka waktu yang cukup lama sehingga menjadi bagian dari pengalaman yang dianggap biasa oleh pasien. Hal tersebut terlihat dari pernyataan pasien yang tidak merasa takut maupun khawatir saat halusinasi muncul. Menurut Zahrotul Awaliyah (2021), pasien dengan halusinasi yang berlangsung lama sering kali mengalami penurunan kemampuan membedakan antara stimulus internal dan eksternal sehingga menganggap pengalaman halusinasi sebagai sesuatu yang normal.

Pada hari pertama implementasi, pasien diberikan pendidikan kesehatan mengenai teknik menghardik dan dilatih untuk mempraktikkannya secara langsung. Teknik menghardik dilakukan dengan cara mengenali munculnya halusinasi, menutup mata, menutup telinga menggunakan kedua tangan, kemudian mengucapkan kalimat penolakan secara tegas terhadap suara yang didengar. Setelah diberikan latihan, pasien mampu mengikuti seluruh instruksi dan memperagakan kembali teknik tersebut secara mandiri. Hasil ini menunjukkan bahwa pasien memiliki kemampuan belajar yang baik dan kooperatif selama proses intervensi.

Menurut Rahim dkk. (2024), teknik menghardik merupakan salah satu intervensi keperawatan jiwa yang bertujuan membantu pasien menolak dan mengendalikan halusinasi yang muncul. Melalui teknik ini pasien dilatih untuk memberikan respon tegas terhadap stimulus internal sehingga perhatian pasien dapat dialihkan dari halusinasi menuju realitas yang ada. Pada evaluasi hari pertama, frekuensi halusinasi masih sering muncul, namun pasien tampak lebih tenang dibandingkan sebelum diberikan intervensi. Kondisi tersebut



menunjukkan bahwa perubahan perilaku pasien mulai terbentuk meskipun belum berdampak signifikan terhadap frekuensi halusinasi.

Pada hari kedua ditemukan adanya peningkatan pengetahuan pasien dalam menerapkan teknik menghardik. Penurunan frekuensi halusinasi yang mulai dirasakan pasien pada hari kedua dapat terjadi karena pasien telah memiliki mekanisme koping yang lebih adaptif dalam menghadapi stimulus halusinasi. Menurut Septyari dkk. (2022), kemampuan individu dalam mengelola stresor dan menggunakan mekanisme koping yang tepat dapat membantu mengurangi dampak gangguan persepsi sensori yang dialami.

Pada hari ketiga terjadi peningkatan yang lebih baik pada aspek pengetahuan diri pasien. Pasien mampu melakukan teknik menghardik dengan menunjukkan keyakinan bahwa dirinya mampu mengendalikan halusinasi yang muncul. Kepercayaan diri yang meningkat menjadi indikator penting karena menunjukkan adanya peningkatan kontrol diri terhadap gejala yang dialami.

Hasil studi kasus ini sejalan dengan penelitian Butet dkk. (2025) yang menyatakan bahwa penerapan teknik menghardik dapat membantu pasien mengontrol halusinasi pendengaran yang sering muncul. Temuan ini juga didukung oleh penelitian Silaban dan Ocktavia (2025) yang menunjukkan bahwa teknik menghardik efektif meningkatkan kemampuan pasien dalam mengendalikan halusinasi melalui latihan yang dilakukan secara berulang dan konsisten.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil studi kasus mengenai implementasi teknik menghardik pada pasien dengan gangguan persepsi sensori: halusinasi pendengaran di wilayah kerja Puskesmas Jenggawah, dapat disimpulkan bahwa Implementasi teknik menghardik dilakukan selama tiga hari berturut-turut dengan mengajarkan klien mengenali tanda munculnya halusinasi, menutup mata, menutup kedua telinga menggunakan tangan, serta mengucapkan kalimat penolakan secara tegas terhadap suara halusinasi. Seluruh tahapan intervensi dapat dilakukan sesuai prosedur dan diikuti dengan baik oleh klien.

DAFTAR PUSTAKA

- Emulyani. (2023). Pengaruh Terapi Menghardik terhadap Penurunan Tanda dan Gejala Halusinasi Pendengaran. *Jurnal Keperawatan*.
- KementerianPUPR, Rakyat, K. P. U. dan P., Kementerian Kesehatan. *Acta Universitatis Agriculturae et Silviculturae Mendelianae Brunensis*, 53(1), 119. <http://publications.lib.chalmers.se/records/fulltext/245180/245180.pdf%0Ahttps://hdl.handle.net/20.500.12380/245180%0Ahttps://dx.doi.org/10.1016/j.jsa.2011.03.003%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.gr.2017.08.001%0Ahttps://dx.doi.org/10.1016/j.precamres.2014.12>
- Agustarika, Butet, Rizqi Alvian Fabanyo, dan Panel Situmorang. 2023. "Deteksi Dini dan Peningkatan Pengetahuan tentang Kesehatan Jiwa pada Remaja di SMP YPPKK Moria Sorong." *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)* 6 (12): 12.
- Daulay, W., Wahyuni, S. E., & Nasution, M. L. (2021). Kualitas hidup orang dengan gangguan jiwa: Systematic review.
- Hulu, F., Manurung, J., Meylani, M., Pagan, S. H., & Pardede, J. A. (2022). Penerapan Terapi Generalis SP 1- 4 Dengan Masalah Risiko Perilaku Kekerasan Pada <https://doi.org/10.31219/osf.io/a26mk> Penderita Skizofrenia.
- Jannah, W., Aprilla, N., & Virgo, G. (2024). Penerapan Menghardik Dan Menggambar Pada Tn. S Dengan Halusinasi Pendengaran Di Ruang Rukan Rumah Sakit Jiwataman Provinsi Riau Tahun 2024. *Excellent Health Journal*, 3(1), 510–517.



- Kemenkes RI. (2021). Petunjuk Teknis Pencegahan Dan Pengendalian Gangguan Mental Emosional. Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Masalah Kesehatan Jiwa dan Napza Ditjen Pencegahan Pengendalian Penyakit Kementerian Kesehatan.
- Oktavia, Shella, Uswatun Hasanah, dan Indhit Tri Utami. 2021. “Penerapan Terapi Menghardik Dan Menggambar Pada Pasien Halusinasi Pendengaran.” *Jurnal Cendikia Muda* 2 (3): 3
- Pima Astari, Upik. 2020. “Studi Literatur: Asuhan Keperawatan Pada Penderita Skizofrenia Dengan Masalah Keperawatan Halusinasi Pendengaran.” Akhir, Universitas <https://eprints.umpo.ac.id/6192/>. Muhammadiyah Ponorogo.
- Pitriani, Samuel Ginting, Juni Mariati Simarmata, dan Efpik Fantanti Jawak. 2021. “Pengaruh Chromotherapy Terhadap Penurunan 81 Tingkat Halusinasi Pada Pasien Gangguan Persepsi Sensori: Halusinasi Penglihatan Di Rumah Sakit Jiwa Prof. M. Ildrem Provinsi Sumatera Utara Tahun 2021.” *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi* <https://doi.org/10.35451/jkf.v4i1.814>.
- Rahim, Anci Abd, Sri Yulianti, dan Maryam. 2024. “Implementasi Teknik Menghardik Untuk Mengontrol Halusinasi Pendengaran Pada Pasien Skizofrenia Di RSUD Madani Provinsi Sulawesi Tengah.” *Jurnal Kolaboratif Sains* 7 (11): 4274–80. <https://doi.org/10.56338/jks.v7i11.6644>
- Rokom. (2021). Kemenkes Beberkan Masalah Permasalahan Kesehatan Jiwa di Indonesia. Sehat Negeriku.
- Septyari, N. M., Adiputra, I. M. S., & Devhy, N. L. P. (2022). Tingkat stres dan mekanisme koping mahasiswa dalam penyusunan skripsi pada masa pandemi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 11(1), 14-22.
- Silaban, C. B., & Ocktavia, S. I. (2025). PENERAPAN TEKNIK MENGHARDIK DALAM ASUHAN KEPERAWATAN JIWA PASIEN GANGGUAN PERSEPSI SENSORI: HALUSINASI PENDENGARAN. *Lasalle Health Journal*, 4(1), 64-69.
- WHO. (2022, January 22). Schizophrenia. World Health Organization. <https://www.who.int/newsroom/fact-sheets/detail/schizophrenia>
- Yanti, Dian Anggri, Abdi Lestari Sitepu, Kuat Sitepu, Pitriani, dan Wina Novita Br Purba. 2020. “Efektivitas Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Halusinasi Pada Pasien Halusinasi Pendengaran Di Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr.M. Ildrem Medan Tahun 2020.” *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (JKF)* 3 (1): 1. <https://doi.org/10.35451/jkf.v3i1.527>
- Zahrotul Awaliyah, Nila. 2021. “Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Skizofrenia Dengan Masalah Keperawatan Perubahan Persepsi Sensori: Halusinasi Pendengaran Di Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta.” Akhir, Universitas Muhammadiyah <https://doi.org/10/10/LAMPIRAN.pdf>