

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan mental adalah hal yang sangat penting, menjadi salah satu bagian utama dalam mencapai tingkat kesehatan masyarakat. Kesehatan mental tidak hanya berarti tidak mengalami masalah psikologis, tetapi juga mencakup kesejahteraan seseorang. Kesehatan mental adalah keadaan di mana seseorang dapat mengenali kemampuannya sendiri, melakukan hal-hal berguna bagi diri sendiri, orang lain, serta lingkungan, yang pada gilirannya menghasilkan kepuasan, kebahagiaan, dan rasa percaya diri. Masalah kesehatan jiwa, menjadi salah satu isu global saat ini. Terjadi peningkatan angka kejadian orang dengan masalah kesehatan jiwa.

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia *World Health Organization* (WHO) bahwa lebih dari 1 miliar orang di dunia mengalami gangguan kesehatan jiwa pada tahun 2023, 1 dari 8 orang menderita gangguan kecemasan (Riantiarno et al., 2026). Gangguan kesehatan mental merupakan salah satu tantangan besar dalam sistem kesehatan global. Salah satu gangguan mental yang memiliki dampak signifikan terhadap individu adalah skizofrenia (Nisa et al., 2024). Skizofrenia merupakan salah satu gangguan jiwa yang cukup kompleks, orang dengan skizofrenia (ODS) mengalami gangguan dalam berfikir, merasakan melihat sesuatu dan berperilaku. Berdasarkan *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Fifth Edition Text Revision* (DSM –V –TR), skizofrenia termasuk dalam kategori gangguan psikotik, untuk dapat ditegakkan sebagai diagnosis skizofrenia, individu harus menunjukkan

setidaknya dua dari lima gejala utama, yaitu delusi, halusinasi, bicara yang tidak teratur, katatonik, serta gejala negatif seperti penarikan diri (Komang et al., 2025).

Menurut data dari WHO (2022) menunjukkan bahwa pada tahun 2021 terdapat 24 juta individu di dunia yang mengalami skizofrenia, setara dengan 1 dari setiap 300 orang (0.32%). Pada data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 di Indonesia, prevalensi skizofrenia mencapai sekitar 400.000 orang atau 1,7 per 1.000 penduduk. Menurut data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) pada tahun 2023 prevalensi gangguan jiwa di Indonesia mencapai 630.827 jiwa (Kemenkes, 2023). Sedangkan pada tahun 2018 di Jawa Barat tercatat angka prevalensi dengan ART (Anggota Rumah Tangga) skizofrenia sejumlah 5.0 per mil, artinya terdapat 603 ART yang mengalami penderita skizofrenia dari 1.000 rumah tangga dan di kecamatan Sindangkasih terdapat 72 kasus dengan diagnosa skizofrenia.

Pada penderita skizofrenia dengan halusinasi pendengaran, gejala yang paling umum adalah di mana individu mengalami persepsi terhadap sesuatu yang tampak nyata, padahal sebenarnya hanya diciptakan oleh pikirannya sendiri (*National Institute of Mental Health*, 2024 dalam Amelia et al., 2025). Jika tidak segera ditangani, halusinasi dapat menyebabkan kehilangan kontrol diri yang berujung pada tindakan berbahaya seperti bunuh diri, perilaku agresif, atau kerusakan lingkungan (Alfriyani, 2025). Secara klinis, pendekatan utama dalam penanganan skizofrenia adalah terapi farmakologis menggunakan obat antipsikotik. Meskipun efektif dalam meredakan gejala akut, terapi ini memiliki

keterbatasan dalam mengatasi gejala negatif dan gangguan kognitif, serta berpotensi menimbulkan efek samping jangka panjang seperti gangguan metabolik dan tremor. Oleh karena itu, diperlukan integrasi pendekatan non-farmakologis sebagai bagian penting dari proses pemulihan, salah satu yang terbukti efektif adalah *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) (Komang et al., 2025).

CBT merupakan terapi non-farmakologis yang membantu individu mengubah pola pikir dan perilaku maladaptif, sehingga meningkatkan kemampuan menghadapi stres dan tekanan hidup (Sari, 2021). Dalam konteks skizofrenia, CBT terbukti mampu mengurangi tekanan akibat delusi dan halusinasi, memperkuat regulasi emosi, memperbaiki fungsi kognitif, dan meningkatkan keterampilan sosial (Sari et al., 2024 dalam Komang et al., 2025). Sejumlah penelitian mendukung efektivitas CBT. Penelitian kualitatif oleh Husniati dan Pratikto (2020) menunjukkan bahwa penerapan CBT selama 10 sesi dapat mengubah pola pikir negatif, meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan, dan menurunkan risiko kekambuhan. Hasil serupa ditemukan oleh Alfriyani (2025) melalui *literature review* terhadap sembilan artikel yang mengonfirmasi penurunan intensitas halusinasi serta peningkatan fungsi kognitif, afektif, dan sosial. Selanjutnya, *scoping review* oleh Putri dan Herdiyanto (2025) terhadap sepuluh artikel di Indonesia menyoroti pengurangan perilaku agresif dan kecemasan, sedangkan studi kasus oleh Rahmadini dan Alfian (2024) serta Triyantari et al. (2024) menunjukkan perubahan positif dalam cara berpikir dan peningkatan produktivitas pasien.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas Bagaimana penerapan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) pada pasien skizofrenia dengan gejala halusinasi pendengaran?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Menggambarkan penerapan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) pada pasien halusinasi pendengaran.

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan tahapan pelaksanaan proses keperawatan pada pasien halusinasi pendengaran dengan penerapan CBT.
- b. Menggambarkan tahap pelaksanaan tindakan penerapan CBT pada pasien halusinasi pendengaran.
- c. Menggambarkan respon atau perubahan pada pasien halusinasi pendengaran yang dilakukan tindakan CBT.

D. Manfaat

1. Bagi Penulis

Sebagai sarana untuk menambah wawasan pengetahuan dan meningkatkan kemampuan dalam melaksanakan penelitian dan asuhan keperawatan pada pasien halusinasi pendengaran.

2. Bagi Pasien dan Keluarga

Pasien dan keluarga dapat memperoleh ilmu dan pengetahuan mengenai cara mengatasi halusinasi.

3. Bagi institusi pendidikan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Memberikan informasi dan literatur berupa tambahan untuk pengembangan ilmu keperawatan khususnya di keperawatan jiwa, serta dapat digunakan sebagai sumber referensi penelitian.

4. Bagi Puskesmas

Diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi lahan praktik dan petugas kesehatan, dalam upaya meningkatkan mutu pelayanan kesehatan dalam memberikan asuhan keperawatan.