



**Kemenkes
Poltekkes Tasikmalaya**

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TEKNIK MENGHARDIK DAN TERAPI AKTIVITAS
SENAM AEROBIC LOW IMPACT PADA PASIEN HALUSINASI :
PENDENGARAN DI WILAYAH PUSKESMAS CIGEUREUNG
KOTA TASIKMALAYA**

DONI DAMARA

NIM. P2.06.20.1.22.008

PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN

JURUSAN KEPERAWATAN

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

TAHUN 2025





KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan dalam Rangka Memenuhi Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Ahli Madya Keperawatan pada
Program Studi Keperawatan
Tasikmalaya

PENERAPAN TEKNIK MENGHARDIK DAN TERAPI AKTIVITAS SENAM AEROBIC LOW IMPACT PADA PASIEN HALUSINASI : PENDENGARAN DI WILAYAH PUSKESMAS CIGEUREUNG KOTA TASIKMALAYA

DONI DAMARA

NIM. P2.06.20.1.22.008

PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN

JURUSAN KEPERAWATAN

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

TAHUN 2025



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya. Sholawat dan salam semoga selalu dilimpahkan kepada Rasulullah Muhammad SAW, yang telah memungkinkan penulis menyelesaikan Proposal Karya Tulis Ilmiah berjudul "Penerapan Teknik Menghardik Dan Terapi Aktivitas Senam Aerobic Low Impact Pada Pasien Halusinasi : Pendengaran Di Wilayah Puskesmas Cigeureung Kota Tasikmalaya.”

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan proposal ini. Bimbingan dan arahan dari berbagai pihak sangat berarti dalam proses ini. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Ridwan Kustiawan, M.Kep., Ns. Sp. Kep. J selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Sofia Februanti S.kep. Ners, M.Kep selaku Ketua Program Studi D- III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
4. Bapak Ridwan Kustiawan, M.Kep., Ns. Sp. Kep. J selaku pembimbing 1 yang telah memberikan dukungan, arahan dan memberi masukan dalam penyusunan profosal karya tulis ilmiah, sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
5. Bapak Asep Riyana, S.Kep.,Ners. MA. Kes selaku pembimbing ke II yang telah banyak memberi dukungan dan masukan serta bimbingan sehingga karya

tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.

6. Seluruh Staf Dosen Program Studi D-III Keperawatan Tasikmalaya yang telah memberi dukungan selama penulis mengikuti pendidikan.
7. Kepada orang tua tercinta, Bapak Ahmad dan Ibu Amanah beliau memang tidak merasakan bangku perkuliahan namun beliau bekerja keras, memberi motivasi, dukungan serta doa untuk menjadikan anaknya Sarjana. Semoga mamah dan bapak sehat selalu, selalu ada dalam lindungan Allah SWT dan selalu ada disetiap episode kehidupan penulis
8. Sahabat sekaligus teman seperjuangan penulis Ayu Sri Handayani, Rafli Nur Rizki serta Grup Pak Mantri yang senantiasa menghibur dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini
9. Seluruh teman-teman Program Studi D-III Keperawatan khususnya kelas 3A Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
10. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penulisan Laporan Tugas Akhir ini.

Penulis menyadari bahwa Proposal Karya Tulis Ilmiah ini masih memerlukan perbaikan. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun sangat diharapkan. Semoga karya ini dapat memberikan manfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan di masa depan.

Tasikmalaya, 22 Mei 2025

Penulis



Doni Damara

ABSTRAK

Penerapan Teknik Menghardik Dan Terapi Aktivitas Senam Aerobic Low Impact Pada Pasien Halusinasi : Pendengaran Di Wilayah Puskesmas Cigeureung Kota Tasikmalaya

Doni Damara ¹

Ridwan Kustiawan, M.Kep., Ns. Sp. Kep. J ²

Asep Riyana, S.Kep.,Ners. MA. Kes ³

Gangguan jiwa adalah suatu kondisi serius yang dicirikan oleh cara berkomunikasi yang tidak biasa, distorsi dalam persepsi realitas seperti halusinasi atau delusi, serta ekspresi emosi yang tidak semestinya atau tumpul. Selain itu, terdapat gangguan psikologis dan kesulitan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Tujuan dari studi kasus ini yaitu untuk Menggambarkan tahapan pelaksanaan proses keperawatan, menggambarkan tindakan penerapan teknik menghardik dan terapi aktivitas senam aerobik low impact, menggambarkan respon atau perubahan tanda dan gejala dan menganalisis kesenjangan. Skizofrenia adalah kondisi kejiwaan yang parah dan serius, dengan ciri-ciri gejala positif seperti bicara yang tidak terstruktur, keyakinan salah (delusi), pengalaman persepsi yang keliru (halusinasi), gangguan pada kemampuan berpikir, serta gangguan persepsi lainnya. Sebagian besar penderita skizofrenia mengalami halusinasi. Halusinasi sendiri adalah gangguan persepsi di mana pasien merasakan sesuatu yang sebenarnya tidak nyata. Terapi teknik menghardik dan terapi aktivitas senam aerobik low impact merupakan salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat dijadikan sebagai terapi untuk mengontrol halusinasi pendengaran serta menurunkan tanda dan gejala halusinasi dengan cara pengalihan fokus pasien dan menyibukkan diri. Penelitian ini menggunakan desain kualitatif dengan pendekatan studi kasus pada dua pasien dengan gangguan halusinasi pendengaran. Pelaksanaan dilakukan dengan waktu 30 menit 1x dalam sehari selama 5 hari. Hasil yang didapatkan menunjukkan adanya penurunan tanda gejala halusinasi, pasien 1 terdapat 10 menjadi 2 tanda gejala halusinasi, sedangkan pasien 2 dari 11 menjadi 4 tanda gejala halusinasi. Kesimpulan dari karya tulis ilmiah ini bahwa penerapan teknik menghardik dan terapi aktivitas senam aerobik low impact terbukti dapat menurunkan tanda gejala halusinasi. Saran untuk pasien dan keluarga agar dapat menerapkan teknik menghardik dan terapi aktivitas senam aerobik low impact serta meningkatkan dukungan dan motivasi klien dalam mengontrol halusinasi.

Kata Kunci : Halusinasi, Teknik Menghardik, Senam Aerobic Low Impact

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

ABSTRACT

“Application of Reprimanding Techniques and Low Impact Aerobic Gymnastics Activity Therapy on Hallucinatory Patients: Hearing in the Cigeureung Health Center Area, Tasikmalaya City”

Doni Damara ¹

Ridwan Kustiawan, M.Kep., Ns. Sp. Kep. J ²

Asep Riyana, S.Kep.,Ners. MA. Kes ³

Mental disorders are serious conditions characterized by unusual ways of communicating, distortions in the perception of reality such as hallucinations or delusions, and inappropriate or blunted expressions of emotions. In addition, there are psychological disorders and difficulties in carrying out daily activities. The purpose of this case study is to describe the stages of the nursing process, describe the application of reprimanding techniques and low- impact aerobic exercise therapy, describe the response or change in signs and symptoms and analyze the gaps. Schizophrenia is a severe and serious mental condition, characterized by positive symptoms such as unstructured speech, false beliefs (delusions), false perceptual experiences (hallucinations), impaired thinking ability, and other perceptual disorders. Most people with schizophrenia experience hallucinations. Hallucinations themselves are perceptual disorders in which patients feel something that is not actually real. Reprimanding technique therapy and low-impact aerobic exercise therapy are non-pharmacological therapies that can be used as therapy to control auditory hallucinations and reduce signs and symptoms of hallucinations by diverting the patient's focus and keeping themselves busy. This study uses a qualitative design with a case study approach in two patients with auditory hallucination disorders. The implementation was carried out for 30 minutes once a day for 5 days. The results obtained showed a decrease in signs of hallucination symptoms, patient 1 had 10 to 2 signs of hallucination symptoms, while patient 2 from 11 to 4 signs of hallucination symptoms. The conclusion of this scientific paper is that the application of rebuke techniques and low impact aerobic exercise therapy activities has been proven to reduce signs of hallucination symptoms. Suggestions for patients and families to be able to apply rebuke techniques and low impact aerobic exercise therapy activities and increase client support and motivation in controlling hallucinations.

Keywords: *Hallucinations, Rebuke Techniques, Aerobic Low Impact Gymnastics*

*Ministry of Health of the Republic of Indonesia
Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya*

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan	7
1. Tujuan Umum	7
2. Tujuan Khusus	8
D. Manfaat.....	8
1. Bagi Penulis	8
2. Bagi Klien dan Keluarga	9
3. Bagi Institusi Pendidikan.....	9
4. Bagi Puskesmas.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Konsep Skizofrenia	10
1. Definisi Skizofrenia	10
2. Etiologi Skizofrenia	10
3. Klasifikasi Skizofrenia	11
4. Tanda dan Gejala Skizofrenia	13
5. Penatalaksanaan skizofrenia.....	14
B. Konsep Halusinasi.....	16
1. Definisi Halusinasi.....	16
2. Rentang Respon Halusinasi.....	17
3. Etiologi Halusinasi	20
4. Tanda Dan Gejala Halusinasi	26
5. Jenis-Jenis Halusinasi.....	27
6. Fase Halusinasi.....	29
7. Penatalaksanaan Halusinasi.....	30
C. Konsep Asuhan Keperawatan	36
1. Pengkajian.....	36
D. Konsep Teori Teknik Menghardik.....	50
1. Teknik Menghardik	50
2. Terapi Aktivitas Senam Aerobic Low Impact	51
E. Kerangka Teori	54
BAB III METODE KTI.....	55

A. Desain Karya Tulis Ilmiah	55
B. Subjek Karya Tulis Ilmiah	55
C. Definisi Operasional	56
D. Lokasi Dan Waktu	57
E. Prosedur Penyusunan Karya Tulis Ilmiah	57
F. Teknik Pengumpulan Data	59
G. Instrumen Pengumpulan Data	59
H. Keabsahan Data	60
I. Analisis Data	61
J. Etika Studi Kasus	61
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	64
A. Hasil Penelitian	64
B. Gambaran Penerapan Strategi Teknik Menghardik Dan Terapi Aktivitas Senam Aerobic Low Impact	71
C. Penurunan Tanda dan Gejala Sebelum dan Sesudah dilakukan Penerapan Teknik Menghardik dan Terapi Aktivitas Senam	73
C. Penerapan Strategi Pelaksanaan Penerapan Teknik Menghardik Dan Terapi Aktivitas Senam Aerobic Low Impact	82
D. Gambaran Respon Atau Perubahan Pada Pasien Halusinasi Pendengaran	83
E. Kesenjangan Pada Kedua Klien Dengan Gangguan Persepsi Sensori : Halusinasi Pendengaran Setelah Dilakukan Penerapan Teknik Menghardik dan Terapi Aktivitas Senam Aerobic Low Impact	86
F. Keterbatasan	89
BAB V PENUTUP	90
A. Kesimpulan	90
B. Saran	91
DAFTAR PUSTAKA	93

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Analisa Data	45
Tabel 2.2	Intervensi Keperawatan	46
Tabel 4.1	Karakteristik pasien.....	65
Tabel 4.2	Karakteristik Halusinasi	66
Tabel 4.3	Tanda dan gejala	67
Tabel 4.4	Faktor Predisposisi dan Faktor Presipitasi.....	68
Tabel 4.5	Strategi pelaksanaan halusinasi	70
Tabel 4.6	Gambaran Penerapan Intervensi	71
Tabel 4.7	Instrumen Tanda dan Gejala.....	73

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pohon Masalah	45
Gambar 2.2 Kerangka Teori	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Penjelasan Sebelum Pelaksanaan	98
Lampiran 2	Informed Consent Klien 1	100
Lampiran 3	Informed Consent Klien 2	101
Lampiran 4	Strategi Pelaksanaan Tindakan Keperawatan Klien 1	102
Lampiran 5	Strategi Pelaksanaan Tindakan Keperawatan Klien 1	106
Lampiran 6	Strategi Pelaksanaan Tindakan Keperawatan Klien 2	110
Lampiran 7	Strategi Pelaksanaan Tindakan Keperawatan Klien 2	115
Lampiran 8	Instrumen Klien 1	119
Lampiran 9	Instrumen Klien 2	120
Lampiran 10	Lembar Observasi Klien 1	121
Lampiran 11	Lembar Observasi Klien 2	122
Lampiran 12	Dokumentasi Penelitian Klien 1	123
Lampiran 13	Dokumentasi Penelitian Klien 2	124
Lampiran 14	Hasil Pengecekan Plagiarisme	125
Lampiran 15	Konsultasi Bimbingan KTI	126