

**ANALISIS PRAKTIK KLINIK KEPERAWATAN JIWA DENGAN INOVASI
EXPRESSIVE WRITING THERAPY TERHADAP PENURUNAN TANDA DAN
GEJALA GANGGUAN PERSEPSI SENSORI HALUSINASI**

Risma Apriliani¹, Dwi Rahmah Fitriani², Arief Budiman³, Milkhatun⁴

¹⁻⁴Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Keperawatan,

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Jl. Ir. H. Juanda No. 15, Sidodadi, Kec. Samarinda Ulu, Kota Samarinda,

Kalimantan Timur, 75124

e-mail: aprilianirisma01@gmail.com

ABSTRACT

Sensory perception disorders in the form of hallucinations are a psychiatric nursing problem frequently found in patients with severe mental disorders and can impact the patient's behavior and social functioning. This study aims to analyze the clinical practice of mental health nursing for Mr. S using the innovative Expressive Writing Therapy innovation to reduce signs and symptoms of hallucinations in the Elang Ward, Atma Husada Mental Hospital, Samarinda. The methodology used was a case study with a psychiatric nursing care approach that included assessment, establishing a nursing diagnosis, planning, implementation, and evaluation. The Expressive Writing Therapy intervention was delivered in a structured manner as a non-pharmacological therapy. The study results showed a reduction in signs and symptoms of hallucinations and an increase in the client's ability to recognize, control, and manage responses to hallucinations. Based on these results, it is recommended that Expressive Writing Therapy be used as a supportive therapy in psychiatric nursing care for patients with sensory perception disorders and hallucinations and developed into nursing practice in psychiatric hospitals.

Key Words: *Sensory perception disorders: Hallucinations, Expressive Writing Therapy, Psychiatric Nursing*

ABSTRAK

Gangguan persepsi sensori berupa halusinasi merupakan masalah keperawatan jiwa yang sering ditemukan pada pasien dengan gangguan jiwa berat dan dapat memengaruhi perilaku serta fungsi sosial pasien. Studi ini bertujuan untuk menganalisis praktik klinik keperawatan jiwa pada Bapak S dengan penerapan inovasi *Expressive Writing Therapy* terhadap penurunan tanda dan gejala halusinasi di Ruang Elang RSJD Atma Husada Samarinda. Metodologi yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan jiwa yang meliputi pengkajian, penetapan diagnosis keperawatan, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Intervensi *Expressive Writing Therapy* diberikan secara terstruktur sebagai terapi nonfarmakologis. Hasil studi menunjukkan adanya penurunan tanda dan gejala halusinasi serta peningkatan kemampuan klien dalam mengenali, mengontrol, dan mengelola respons terhadap halusinasi. Berdasarkan hasil tersebut, disarankan agar *Expressive Writing Therapy* dapat dijadikan sebagai terapi pendukung dalam asuhan keperawatan jiwa pada pasien dengan gangguan persepsi sensori halusinasi serta dikembangkan dalam praktik keperawatan di rumah sakit jiwa.

Kata Kunci: Gangguan persepsi sensori : Halusinasi, *Expressive Writing Therapy*, Keperawatan Jiwa

PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa merupakan bagian integral dari kesehatan secara keseluruhan dan berperan penting dalam menunjang kualitas hidup individu. Individu dengan kesehatan jiwa yang baik mampu berfungsi secara optimal, menghadapi tekanan kehidupan, serta berinteraksi secara adaptif dengan lingkungan sosialnya (Kirana *et al.*, 2022). Hal ini sejalan dengan Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa yang menegaskan bahwa setiap individu berhak memperoleh pelayanan kesehatan jiwa yang terintegrasi, komprehensif, dan berkesinambungan, meliputi upaya promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif (Undang-undang No 18, 2014).

Gangguan jiwa berat masih menjadi masalah kesehatan global. *World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa pada tahun 2022 sekitar 300 juta penduduk dunia mengalami gangguan jiwa, termasuk sekitar 24 juta orang yang hidup dengan skizofrenia. Selain itu, prevalensi kekambuhan skizofrenia menunjukkan tren peningkatan dari tahun 2019 hingga 2021, masing-masing sebesar 28%, 43%, dan 54% (*World Health Organization*, 2022). Di Indonesia, prevalensi masalah kesehatan jiwa tercatat sebanyak 630.827 jiwa, dengan Jawa Barat (113.568 jiwa), Jawa Timur (97.746 jiwa), dan Jawa Tengah (86.668 jiwa) sebagai provinsi dengan jumlah kasus tertinggi. Provinsi Kalimantan Timur tercatat memiliki 4.319 jiwa dengan masalah kesehatan jiwa (Kemenkes, 2023).

Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi skizofrenia/psikosis di Provinsi Kalimantan Timur mencapai 4.801 jiwa, dengan Kota Samarinda sebagai wilayah dengan angka tertinggi yaitu 1.141 jiwa (Kemenkes RI, 2018).

Kondisi ini tercermin pula pada data tahun 2025 di RSJD Atma Husada Mahakam Samarinda, di mana diagnosis skizofrenia paranoid mendominasi pasien rawat jalan dan rawat inap, diikuti skizofrenia tak terinci dan autisme. Tingginya angka tersebut menunjukkan bahwa gangguan jiwa berat masih menjadi masalah serius yang berdampak pada kualitas hidup individu serta menimbulkan beban sosial dan ekonomi.

Salah satu gejala utama yang sering dialami pasien skizofrenia adalah halusinasi. Halusinasi merupakan gangguan persepsi sensori di mana individu tidak mampu membedakan antara rangsangan nyata dan tidak nyata, sehingga memengaruhi perilaku dan emosi pasien (Wahyuningsih & Subagyo, 2025). Pasien dengan halusinasi dapat menunjukkan perilaku panik, bertindak sesuai isi halusinasi, serta berisiko membahayakan diri sendiri maupun orang lain (Nugroho *et al.*, 2021). Halusinasi pendengaran merupakan jenis halusinasi yang paling sering ditemukan, ditandai dengan munculnya suara atau bunyi tanpa adanya rangsang eksternal yang nyata (April *et al.*, 2024).

Tanda dan gejala halusinasi pendengaran perlu ditangani secara adekuat karena dapat berdampak signifikan terhadap fungsi kognitif, emosional, dan perilaku pasien. Halusinasi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan gangguan konsentrasi, distorsi realitas, penurunan kemampuan berpikir logis, isolasi sosial, serta meningkatkan risiko perilaku maladaptif seperti agresivitas, kepatuhan terhadap perintah halusinasi, dan perilaku membahayakan diri maupun lingkungan. Selain itu, halusinasi yang menetap dapat menghambat proses pemulihan dan rehabilitasi psikososial pasien serta memperpanjang masa

perawatan (Sulaihah, 2023).

Dalam perspektif keperawatan jiwa, halusinasi merupakan masalah inti (*core problem*) yang apabila tidak ditangani secara optimal dapat memicu munculnya masalah keperawatan lanjutan, seperti gangguan interaksi sosial, gangguan harga diri, dan ketidakmampuan menjalankan fungsi peran. Oleh karena itu, pengendalian tanda dan gejala halusinasi menjadi fokus utama dalam asuhan keperawatan jiwa guna meningkatkan kemampuan koping, kemandirian, serta kualitas hidup pasien dengan skizofrenia (Tukatman *et al.*, 2023).

Penatalaksanaan halusinasi dalam keperawatan jiwa dilakukan melalui pendekatan farmakologis dan nonfarmakologis, seperti strategi pengendalian halusinasi, peningkatan kepatuhan minum obat, stimulasi interaksi sosial, dan aktivitas terstruktur (Arni Nur Rahmawati & Luthfiana Dewi, 2023). Namun, intervensi nonfarmakologis inovatif masih diperlukan untuk membantu pasien mengekspresikan dan mengelola pengalaman halusinasi secara adaptif. Salah satu intervensi yang dapat diterapkan adalah *Expressive Writing Therapy*, yaitu terapi yang membantu pasien menyalurkan pikiran dan perasaan melalui tulisan sehingga dapat meningkatkan kontrol diri dan menurunkan intensitas tanda dan gejala halusinasi (Nurjannah *et al.*, 2024).

Berdasarkan data di Ruang Elang RSJD Atma Husada Mahakam Samarinda, gangguan persepsi sensori berupa halusinasi merupakan masalah keperawatan yang paling dominan dengan persentase sebesar 32% atau sebanyak 681 jiwa pada bulan Desember 2025. Oleh karena itu, diperlukan analisis praktik klinik keperawatan jiwa melalui penerapan *Expressive Writing Therapy* sebagai upaya inovatif dalam menurunkan

tanda dan gejala gangguan persepsi sensori halusinasi pada pasien skizofrenia.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan jiwa. Subjek penelitian adalah Bapak S, pasien dengan diagnosis Gangguan Persepsi Sensori Halusinasi Pendengaran yang dirawat di Ruang Elang RSJD Atma Husada Mahakam Samarinda. Pemberian asuhan keperawatan dilaksanakan secara sistematis melalui lima tahap, meliputi pengkajian, penetapan diagnosis keperawatan, perencanaan, implementasi, dan evaluasi.

Intervensi keperawatan disusun berdasarkan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) dan Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI), dengan fokus pada manajemen halusinasi. Intervensi utama yang diberikan adalah penerapan Strategi Pelaksanaan (SP) Halusinasi yang dikombinasikan dengan *Expressive Writing Therapy* sebagai terapi nonfarmakologis inovasi *Expressive writing therapy* dilaksanakan selama enam hari berturut-turut, yaitu pada tanggal 29 Desember 2025 hingga 3 Januari 2026, dengan penyesuaian terhadap kondisi klinis dan respons klien.

Pelaksanaan *expressive writing therapy* diawali pada hari pertama dengan pembentukan hubungan terapeutik serta penyusunan kesepakatan bersama antara perawat dan klien terkait tujuan terapi. Pada tahap ini, perawat memberikan edukasi mengenai tujuan, manfaat, dan mekanisme pelaksanaan *expressive writing therapy*, serta memastikan kesiapan dan persetujuan klien untuk mengikuti seluruh rangkaian intervensi.

Pada hari kedua hingga hari kelima, klien melakukan kegiatan menulis dengan tema yang berbeda setiap hari, yang

dirancang untuk memfasilitasi pengungkapan pikiran, perasaan, dan pengalaman psikologis klien, khususnya yang berkaitan dengan pengalaman halusinasi pendengaran. Selama proses penulisan, perawat memberikan pendampingan terapeutik dan melakukan penyesuaian terhadap durasi maupun kedalaman materi sesuai dengan kemampuan dan kondisi klien.

Tahap hari keenam difokuskan pada evaluasi respons klien terhadap *expressive writing therapy*, yang meliputi perubahan kemampuan klien dalam mengenali dan mengelola pengalaman halusinasi, serta perubahan tingkat keparahan halusinasi. Penilaian dilakukan secara berkelanjutan menggunakan format SOAP dan *Psychotic Symptom Rating Scale* (PSYRATS) untuk menilai perubahan intensitas, frekuensi, dan dampak halusinasi yang dialami klien.

HASIL

Pemberian *expressive writing therapy* sebagai terapi tambahan dalam asuhan keperawatan jiwa pada klien dengan gangguan persepsi sensori berupa halusinasi pendengaran menunjukkan hasil yang positif. Hasil penelitian ini diperoleh melalui pengukuran kuantitatif

menggunakan *Psychotic Symptom Rating Scale* (PSYRAT) serta analisis kualitatif berdasarkan perkembangan isi tulisan klien selama pelaksanaan terapi.

Pada awal pengkajian, klien menunjukkan tanda dan gejala khas halusinasi pendengaran, seperti sering berbicara sendiri, melamun, sulit berkonsentrasi, serta memberikan respons terhadap stimulus yang tidak nyata. Kondisi ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa halusinasi merupakan gangguan persepsi tanpa adanya rangsangan eksternal, di mana individu mempersepsikan sesuatu yang sebenarnya tidak ada dan meyakini sebagai realitas (Sulaihah, 2023). Skor awal PSYRAT menunjukkan tingkat keparahan halusinasi yang tinggi, menandakan bahwa klien mengalami gangguan signifikan dalam fungsi psikologis dan kemampuan pengendalian halusinasi.

Setelah diberikan intervensi berupa Strategi Pelaksanaan (SP) halusinasi yang dikombinasikan dengan *expressive writing therapy* selama enam hari, terjadi penurunan skor PSYRAT yang menunjukkan adanya perbaikan kondisi klien. Hasil pengukuran PSYRAT *pre* dan *post* intervensi disajikan pada Tabel berikut :

Tabel 1 Hasil Kuisioner Psychotic Symptom Rating Scale (PSYRAT)

Komponen	Selasa 29/12/25		Selasa 30/12/25		Rabu 31/12/25		Kamis 01/01/26		Jumat 02/01/26		Sabtu 03/01/26
	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post	Pre	post	Post
Frekuensi	3	2	3	2	1	1	1	2	1	1	2
Durasi	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2
Lokasi	2	2	3	2	2	2	2	1	2	1	2
Kerasnya suara	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1
Keyakinan asal usul suara	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1
Frekuensi	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2
Isi	4	3	3	1	2	2	2	2	2	2	1
Kretidaknyamanan	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2
Intensitas ketidaknyamanan	3	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2
Gangguan dalam fungsi hidup	3	3	3	3	3	3	2	1	2	2	0

Ketidakmampuan pengendalian suara	3	2	2	2	3	2	1	1	1	1
SKOR	30	27	20	23	21	21	18	19	17	16

Berdasarkan hasil diatas, terlihat bahwa skor PSYRAT mengalami penurunan dari 30 menjadi 16. Penurunan skor ini menunjukkan adanya perubahan positif pada tingkat keparahan halusinasi yang dialami klien, khususnya dalam kemampuan mengendalikan suara halusinasi. Hasil ini mengindikasikan bahwa klien tidak lagi sepenuhnya dikuasai oleh stimulus internal dan telah mampu merespons halusinasi secara lebih adaptif.

Selain data kuantitatif, hasil penelitian ini juga diperkuat oleh analisis kualitatif terhadap isi tulisan klien selama pelaksanaan *expressive writing therapy*. Pada tahap awal, tulisan klien masih bersifat deskriptif dan berfokus pada kondisi saat ini, seperti rutinitas perawatan, konsumsi obat, serta perasaan nyaman selama berada di rumah sakit. Hal ini menunjukkan bahwa klien masih berada pada tahap orientasi dan belum sepenuhnya mampu merefleksikan pengalaman emosional yang mendalam.

Pada tahap selanjutnya, klien mulai menuliskan harapan terkait kehidupannya, meskipun masih disertai dengan persepsi yang tidak sesuai dengan realitas. Kondisi ini menunjukkan bahwa isi tulisan masih dipengaruhi oleh pengalaman halusinasi. Namun, seiring berjalannya terapi, tulisan klien berkembang menjadi lebih terstruktur dan reflektif, di mana klien mulai mampu mengungkapkan pengalaman halusinasi yang dialaminya, dampaknya terhadap perilaku, serta emosi negatif yang berkaitan dengan pengalaman hidup di masa lalu. Perkembangan ini menunjukkan adanya peningkatan kesadaran diri dan kemampuan klien dalam mengenali serta mengelola

pengalaman halusinasi secara lebih terarah.

PEMBAHASAN

Penurunan skor PSYRAT dari 30 menjadi 16 menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan berkontribusi terhadap perbaikan kemampuan klien dalam mengendalikan halusinasi. Penerapan SP halusinasi berperan penting dalam membantu klien mengenali isi halusinasi, memahami situasi pemicu, serta melatih respons adaptif terhadap suara halusinasi. Hal ini sejalan dengan konsep pohon masalah keperawatan jiwa yang menyatakan bahwa gangguan persepsi sensori merupakan masalah inti (*core problem*) yang dapat menimbulkan dampak lanjutan apabila tidak ditangani secara adekuat (Tukatman *et al.*, 2023). Dengan mengenali dan mengontrol halusinasi, risiko munculnya masalah lanjutan dapat diminimalkan.

Perubahan isi tulisan klien selama pelaksanaan *expressive writing therapy* menunjukkan adanya proses adaptasi psikologis yang berlangsung secara bertahap. Pada fase awal, tulisan klien yang masih bersifat deskriptif menggambarkan bahwa klien berada pada tahap orientasi dan belum sepenuhnya mampu merefleksikan pengalaman emosional secara mendalam. Pada tahap berikutnya, munculnya harapan yang masih disertai distorsi realitas menunjukkan bahwa pengalaman halusinasi masih memengaruhi proses kognitif klien. Namun, seiring berjalannya terapi, tulisan klien menjadi lebih terstruktur dan reflektif, yang menandakan adanya peningkatan kesadaran diri serta kemampuan klien dalam mengenali

pengalaman halusinasi dan dampaknya terhadap perilaku serta emosi yang dirasakan.

Proses perubahan bertahap ini sejalan dengan teori adaptasi psikologis yang menyatakan bahwa individu dengan gangguan mental memerlukan waktu untuk beralih dari tahap pengenalan masalah menuju tahap penerimaan dan pengelolaan pengalaman internal secara lebih adaptif. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa *expressive writing therapy* mendorong proses refleksi diri secara progresif, dimulai dari ekspresi deskriptif hingga pemaknaan pengalaman emosional yang lebih mendalam (Nurjannah et al., 2024; Pennebaker, J. W., & Chung, 2007).

Seiring berjalannya terapi, kemampuan klien dalam mengekspresikan pengalaman internal menjadi lebih terarah dan reflektif. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan kesadaran diri serta kemampuan klien dalam mengenali dan mengelola pengalaman halusinasi secara lebih adaptif. Temuan ini sejalan dengan konsep *expressive writing therapy* yang menyatakan bahwa proses menulis ekspresif dapat membantu individu menyalurkan emosi, mengorganisasi pengalaman internal, serta menurunkan distres psikologis (Nurjannah et al., 2024).

Pemberian *expressive writing therapy* pada klien dengan gangguan persepsi sensorial berupa halusinasi didasarkan pada *Emotional Disclosure Theory* yang dikemukakan oleh James W. Pennebaker. Teori ini menyatakan bahwa penghambatan emosi dan pikiran negatif (*emotional inhibition*) dalam jangka waktu lama dapat meningkatkan tekanan psikologis dan memperburuk kondisi gangguan mental. Sebaliknya, pengungkapan emosi melalui tulisan memungkinkan individu mengeksternalisasi pengalaman internal,

mengorganisasi pikiran yang tidak terstruktur, serta menurunkan stres emosional (Pennebaker, 1997). Dalam konteks klien dengan halusinasi, proses menulis ekspresif memberikan ruang yang aman untuk menyalurkan emosi dan pengalaman internal yang sebelumnya sulit diungkapkan secara verbal.

Berdasarkan kerangka teori tersebut, *expressive writing therapy* membantu klien mengungkapkan pengalaman emosional dan pikiran yang berkaitan dengan halusinasi secara lebih adaptif. Aktivitas menulis memungkinkan klien mengalihkan fokus dari stimulus internal berupa suara halusinasi ke aktivitas kognitif yang lebih terstruktur, sehingga dominasi halusinasi terhadap kesadaran klien dapat berkurang. Selain itu, proses menulis juga berperan dalam meningkatkan pemrosesan kognitif dan membantu klien membedakan antara persepsi internal dan realitas eksternal. Dengan demikian, *expressive writing therapy* secara teoretis berkontribusi terhadap penurunan intensitas halusinasi serta peningkatan kemampuan klien dalam mengendalikan respons terhadap suara halusinasi (Pennebaker, J. W., & Chung, 2007).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa intervensi nonfarmakologis berbasis pengelolaan emosi dan peningkatan kesadaran diri mampu menurunkan frekuensi dan intensitas halusinasi pendengaran (Silviana et al., 2024). Penelitian oleh (Novena, 2024) juga menunjukkan bahwa *expressive writing therapy* dapat meningkatkan kemampuan coping dan kontrol diri pada pasien dengan gangguan persepsi sensorial. Selain itu, (Rusdi & Kholifah, 2021) menyebutkan bahwa pengungkapan emosi melalui aktivitas menulis berpengaruh signifikan terhadap peningkatan

kemampuan klien dalam mengendalikan halusinasi, karena membantu mengalihkan perhatian dari stimulus internal ke aktivitas yang lebih terarah.

Meskipun terdapat perbedaan durasi intervensi dan instrumen pengukuran dibandingkan dengan beberapa penelitian sebelumnya, perbedaan utama dalam penelitian ini terletak pada pendekatan studi kasus yang berfokus pada satu klien serta penggunaan evaluasi individual menggunakan PSYRATS. Perbedaan tersebut memengaruhi cara pemantauan perubahan gejala, di mana pendekatan studi kasus memungkinkan pengamatan respons klien secara lebih mendalam dan kontekstual. Berdasarkan hasil yang diperoleh, tidak ditemukan perbedaan arah hasil, karena baik penelitian ini maupun penelitian sebelumnya sama-sama menunjukkan penurunan keparahan gejala halusinasi. Namun, kombinasi Strategi Pelaksanaan halusinasi dengan *expressive writing therapy* pada penelitian ini memberikan hasil yang lebih terarah dalam meningkatkan kemampuan klien mengenali, mengendalikan, dan merespons halusinasi secara adaptif. Oleh karena itu, kombinasi intervensi tersebut dinilai lebih baik untuk diterapkan dalam praktik keperawatan jiwa, khususnya sebagai intervensi nonfarmakologis pendukung. Rekomendasi penelitian selanjutnya adalah penerapan *expressive writing therapy* dengan durasi yang lebih panjang dan jumlah subjek yang lebih banyak agar efektivitas intervensi dapat dibandingkan secara lebih luas.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Penerapan *expressive writing therapy* pada Bapak S di Ruang RSJD Atma Husada Mahakam Samarinda terbukti efektif dalam menurunkan tingkat keparahan halusinasi. Hal ini ditunjukkan

oleh penurunan skor *Psychotic Symptom Rating Scale* (PSYRAT) dari kategori halusinasi berat menjadi halusinasi sedang, serta peningkatan kemampuan klien dalam mengendalikan dan merespons suara halusinasi secara lebih adaptif.

Berdasarkan hasil dan pembahasan, *expressive writing therapy* yang diterapkan sebagai terapi tambahan dalam asuhan keperawatan jiwa memberikan pengaruh positif terhadap penurunan keparahan halusinasi pendengaran pada klien dengan gangguan persepsi sensorik. Intervensi ini tidak hanya berdampak pada perbaikan kondisi secara kuantitatif, tetapi juga menunjukkan perubahan positif secara kualitatif.

Hasil analisis isi tulisan klien menunjukkan adanya peningkatan kemampuan dalam mengekspresikan emosi, mengenali pengalaman halusinasi, serta merefleksikan pengalaman hidup secara lebih adaptif. Perkembangan isi tulisan mencerminkan peningkatan kesadaran diri dan kemampuan koping klien dalam menghadapi stimulus internal berupa suara halusinasi.

Kombinasi Strategi Pelaksanaan (SP) halusinasi dengan *expressive writing therapy* terbukti mendukung peningkatan kemampuan pengendalian halusinasi dan perbaikan fungsi psikologis klien. Oleh karena itu, *expressive writing therapy* dapat direkomendasikan sebagai intervensi nonfarmakologis pendukung yang mudah diterapkan, aman, dan efektif dalam asuhan keperawatan jiwa pada klien dengan gangguan persepsi sensorik berupa halusinasi pendengaran.

Saran

1. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan
 Diharapkan *Expressive Writing Therapy* dapat dipertimbangkan sebagai bagian dari pendekatan holistik

- dalam penanganan pasien gangguan jiwa, khususnya yang mengalami halusinasi, serta untuk meningkatkan kesadaran diri, pengendalian emosi, dan kualitas hidup pasien.
2. Bagi Tenaga Keperawatan
Expressive Writing Therapy dapat menjadi salah satu pilihan intervensi mandiri dalam perawatan keperawatan untuk membantu pasien mengelola halusinasi dan mengembangkan strategi koping yang adaptif.
 3. Bagi Pasien dan Keluarga
Expressive Writing Therapy dapat dilanjutkan secara mandiri oleh pasien dengan dukungan keluarga sebagai upaya keberlanjutan dalam meningkatkan pengendalian diri, kesadaran terhadap realitas, dan kualitas hidup setelah keluar dari perawatan rumah sakit.
 4. Bagi Peneliti Selanjutnya
 Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi bagi studi lanjutan yang mengeksplorasi efektivitas terapi menulis ekspresif pada berbagai bentuk gangguan jiwa atau masalah psikologis lainnya.
- DAFTAR PUSTAKA**
- April, N., Dirumah, P., Jiwa, S., & Ildren, P. M. (2024). *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*. 3(4), 1911–1927.
- Arni Nur Rahmawati, & Luthfiana Dewi. (2023). Asuhan Keperawatan pada Pasien Halusinasi Pendengaran dengan Penerapan Terapi Generalis. *Community Health Nursing Journal*, 1(1), 31–36. <https://doi.org/10.47134/cmhn.v1i1.7>
- Kemenkes. (2023). Survei Kesehatan Indonesia 2023 (SKI). *Kemenkes*, 235.
- Kemenkes RI. (2018). Laporan Provinsi Kalimantan Timur Riskesdas 2018. *Kementerian Kesehatan RI*, 472. <https://ejournal2.litbang.kemkes.go.id/index.php/lpb/article/view/3760>
- Kirana, W., Anggreini, Y. D., & Litaqia, W. (2022). Faktor Risiko Yang Memengaruhi Gangguan Jiwa. *Khatulistiwa Nursing Journal*, 4(2). <https://doi.org/10.53399/knj.v4i0.177>
- Novena, P. et al. (2024). Aplikasi Expressive Writing Therapy (EWT) pada Ny . SHL dengan Gangguan Persepsi Sensori (Pendengaran) di Ruang Kabel UPTD RSJ Prof . dr . V . L . Ratumbusang Judul Naskah dalam Bahasa Indonesia The Application of Expressive Writing Therapy (EWT). *Mapalus Nursing Science Journal: Jurnal Ilmiah Keperawatan Mapalus*, 02(02), 20–27.
- Nugroho, H. A., Nur, F., Santie, R., Soesanto, E., Aisah, S., Hidayati, E., Keperawatan, D., Keperawatan, I., Kesehatan, D., & Semarang, U. M. (2021). *Perawatan Halusinasi, Dukungan Kemampuan Dan Keluarga Pasien Mengontrol Halusinasi: Literature Riview*. 272–284.
- Nurjannah, S., Wahyuni, S., & Rosdiar, R. (2024). Expressive Writing Therapy Pada Pasien Gangguan Persepsi Sensori: Halusinasi. *Surya Medika: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Dan Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 19(3), 176–181. <https://doi.org/10.32504/sm.v19i3.1003>
- Pennebaker, J. W., & Chung, C. K. (2007). Expressive writing, emotional upheavals, and health. *Expressive Writing, Emotional Upheavals, and Health*. In H. S. Friedman & R. C. Silver (Eds.), *Foundations of Health Psychology* (Pp. 263–284). *Oxford*

- University Press.
- Pennebaker, J. W. (1997). Writing about emotional experiences as a therapeutic process. *Writing about Emotional Experiences as a Therapeutic Process. Psychological Science*, 8(3), 162–166.
- Rusdi, & Kholifah, S. (2021). Expressive Writing Therapy and Disclosure Emotional Skills on the Improvement of Mental Disorder Patients Control Hallucinations. *Advances in Health Sciences Research*, 39(SeSICNiMPH), 71–76.
- Silviana, Marthoenis, & Martina. (2024). Asuhan Keperawatan Pada Tn. M Dengan Halusinasi Pendengaran Melalui Terapi Menulis Ekspresif. *Arrazi: Scientific Journal of Health*, 2, 99–111. <https://journal.csspublishing/index.php/arrazi>
- Sulaihah. (2023). Jurnal Penelitian Perawat Profesional Pencegahan. *British Medical Journal*, 2(5474), 1333–1336.
- Tukatman, H., Pranata, D. A., Katuuk, H. M., & Yati, M. (2023). *Jiwa, Buku Keperawatan Keperawatan, Ilmu Dasar, Konsep Jiwa, Keperawatan Isu, Tren Keperawatan, Dalam Bab, Jiwa Stres, Konsep Dasar Bab, Adaptasi Model, Konsep Keperawatan, Dalam Bab, Jiwa Penggolongan, Pedoman Jiwa, Diagnosis Gangguan Kelompok, Pada Bab,*.
- Undang-undang No 18. (2014). *Undang-undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2014 Tentang Kesehatan Jiwa (Law of the Republic of Indonesia No 18 Year 2014 on Mental Health)*. 185. <http://ditjenpp.kemhenkumham.go.id/arsip/ln/2014/uu18-2014bt.pdf>
- Wahyuningsih, D., & Subagyo, W. (2025). Group Psychoterapy Dengan Media Video Tutorial Untuk Meningkatkan Kemandirian Orang Dengan Gangguan Jiwa (Odgj) Di Masyarakat. *Journal Ners*, 9(1), 1191–1196. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- World Health Organization. (2022). World mental health report: transforming mental health for all. World Health Organization. <https://iris.who.int/handle/10665/356119>. License: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. In *The BMJ*. <https://doi.org/10.1136/bmj.o1593>