

## **Melatih Klien dengan Gangguan Kejiwaan Mengontrol Halusinasi**

Klien dengan gangguan kejiwaan berat seringkali mengalami halusinasi. Seperti diketahui, halusinasi adalah gangguan persepsi sensori yang dialami seseorang sehingga mengalami pengalaman sensoris yang tidak sebenarnya terjadi, dalam hal ini seringkali berkaitan dengan perasaan indera pada seseorang. Klien kadang merasa ada suara bisikan, melihat bayangan, merasa ada sentuhan, mencium bau atau wangian-wangian ataupun lidahnya merasakan sensasi rasa tertentu. Yang tentunya pengalaman sensoris itu adalah sesuatu yang hanya dirasakan tanpa adanya rangsangan asli dari luar.

Halusinasi bisa disimpulkan adalah pengalaman sensoris palsu. Maka dari itu sebagai perawat, harus bisa membimbing dan melatih klien agar klien dapat mengontrol halusinasi yang mereka rasakan. Berikut adalah cara melatih klien agar dapat mengontrol halusinasi :

1. Kaji pengetahuan klien tentang apa itu halusinasi, setelah itu buat kesepakatan dengan klien, samakan persepsi mereka bahwa halusinasi itu adalah sesuatu yang tidak nyata. Tahapan pertama ini fungsinya sangat penting, karena ketika klien mempunyai pengetahuan dan daya tahan diri yang baik, maka klien akan mudah melanjutkan ke tahap berikutnya yaitu mengontrol halusinasi.
  - a) tahap mengenalkan halusinasi bisa kita lakukan dengan menganalogikan sebuah gambar yang kita bawa saat bersama klien. Misal itu adalah sebuah gambar mobil, kita sebut itu mobil dan kita tanya klien itu gambar apa, jika klien menjawab itu mobil maka itu bukan halusinasi karena apa yang dilihat nya sama dengan apa yang kita lihat. Jika klien menjawab bukan mobil dan ada sesuatu diluar mobil itu, katakan kepada klien bahwa kita percaya bahwa dia melihat itu tetapi kita tidak melihatnya. Kemudian bersama klien kita simpulkan bahwa itu mungkin adalah halusinasi yang dialaminya, karena ada sesuatu yang dia lihat tapi semua orang tidak melihat. (tentunya saat menyimpulkan hal tersebut kita sesuaikan dengan kondisi kognitif dan pengetahuan klien).
  - b) tahap kedua mengenalkan halusinasi kepada klien adalah mengulangi dan mengevaluasi kemampuan dan pengetahuan klien tentang halusinasi.
2. Pada tahap kedua ini harus sudah kita pastikan bahwa klien sudah memiliki pengetahuan tentang halusinasi, mengenal halusinasi yang dialaminya. Kita bisa melanjutkan untuk mengajarkan dan membimbing klien untuk mengabaikan halusinasi yang dialaminya dengan cara membiarkan, menghardik atau mengusir, mengalihkan perhatian dengan berinteraksi dengan orang lain ataupun melakukan aktivitas sesuai dengan kemampuan dan kondisi klien.

3. Cara menghardik; bimbing klien untuk mengusir halusinasi yang dialaminya sesuai dengan pengalaman sensoris yang dialaminya, misal dia mendengar suara bisikan, berikan sugesti dengan cara menutup telinga dan yakinkan pada dirinya bahwa bisikan yang dia dengar saat itu adalah suara palsu, tidak ada dan tidak nyata. Bila dengan pengalaman sensoris lain (halusinasi lihat, perabaan, penciuman, pengecap) bisa dilakukan dengan sugesti seperti menutup mata, mengusap kulit, menutup hidung, menjulurkan lidah/menggosok lidah pada langit-langit atau bibir. Tetap yakinkan klien bahwa apa yang dia rasakan saat itu memang tidak terjadi.
4. Cara bercakap-cakap; bimbing dan latih klien untuk berinisiatif mengajak orang lain bercakap-cakap atau meminta tolong kepada orang terdekat untuk menemaninya saat halusinasinya muncul. Pada tahap ini bisa diawali dengan kita tetap mengajak klien bercakap-cakap saat kita identifikasi halusinya muncul.
5. Cara beraktivitas; kaji aktivitas yang biasa dilakukan klien atau hobi klien saat berada di rumah. Latih klien melakukan aktivitas harian yang bisa dilakukan dari mulai bangun tidur sampai dengan klien tidur kembali. Buat jadwal kegiatan harian bersama klien, yang kemudian kita evaluasi bersama pelaksanaan nya.
6. Psikofarmaka; penggunaan obat yang telah diberikan oleh Psikiater kepada klien, kita ajarkan mulai dari nama, warna, bentuk, dosis, manfaat dan efek sampingnya kepada klien, ajarkan patuh obat mulai dari minum obat dengan bimbingan sampai dengan klien dapat menggunakan obat secara mandiri.

Itulah sekelumit pengalaman saya mengajarkan klien untuk mengontrol halusinasi di ruang perawatan jiwa. Semoga bermanfaat.