



**PENGARUH TERAPI HORTIKULTURA (*HORTICULTURAL THERAPY*) TERHADAP
PENURUNAN TINGKAT HALUSINASI PADA PASIEN SKIZOFRENIA DI YAYASAN
GRIYA CINTA KASIH KABUPATEN JOMBANG**

*The Effect of Horticultural Therapy on Reducing Hallucination Levels in Schizophrenia
Patients at the Griya Cinta Kasih Foundation, Jombang Regency*

Syaifuddin¹, Siti Sholikhah², Moh. Saifudin²

1. Mahasiswa Keperawatan, Prodi Keperawatan, Universitas Muhammadiyah, Lamongan, Jawa Timur.
2. Dosen Keperawatan, Prodi Keperawatan, Universitas Muhammadiyah, Lamongan, Jawa Timur.

Riwayat artikel

Diajukan: 29 Juni 2026

Diterima: 13 Juli 2026

Penulis Korespondensi:

- Syaifuddin
- Prodi Keperawatan,
Universitas
Muhammadiyah,
Lamongan, Jawa Timur

- email:

pujairmawatumla@gmail.com

Kata Kunci:

Terapi Hortikultura
(*Horticultural Therapy*),
Halusinasi, Skizofrenia

ABSTRAK

Skizofrenia merupakan gangguan jiwa yang ditandai oleh gejala positif, seperti halusinasi, delusi, gangguan proses pikir, dan perilaku tidak terorganisasi, serta gejala negatif, seperti penurunan motivasi, gangguan interaksi sosial, dan defisit perawatan diri. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh terapi hortikultura terhadap tingkat halusinasi pada pasien skizofrenia di Yayasan Griya Cinta Kasih Kabupaten Jombang. Penelitian ini menggunakan desain pre-experimental dengan pendekatan one-group pretest-posttest. Populasi penelitian berjumlah 30 pasien yang seluruhnya dijadikan sampel melalui teknik total sampling. Data dikumpulkan menggunakan lembar observasi skala RUFA dan dianalisis dengan uji paired t-test. Intervensi berupa terapi hortikultura diberikan setiap hari selama enam hari, dengan durasi lima belas menit pada setiap sesi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat halusinasi pasien menurun setelah pemberian terapi hortikultura. Analisis statistik juga menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara pemberian terapi hortikultura dan penurunan tingkat halusinasi pada pasien skizofrenia. Terapi hortikultura efektif diterapkan sebagai terapi komplementer untuk membantu menurunkan tingkat halusinasi pada pasien skizofrenia.

ABSTRACT

Schizophrenia is a mental disorder characterized by positive symptoms, including hallucinations, delusions, disorganized thinking, and disorganized behavior, as well as negative symptoms, such as decreased motivation, impaired social interaction, and deficits in self-care. This study aimed to analyze the effect of horticultural therapy on the level of hallucinations among patients with schizophrenia at the Griya Cinta Kasih Foundation, Jombang Regency. A pre-experimental study employing a one-group pretest-posttest design was conducted. The study involved 30 participants selected using a total sampling technique. Data were collected using the RUFA observation scale and analyzed with a paired t-test. The horticultural therapy intervention was administered daily for six consecutive days, with each session lasting 15 minutes. The findings demonstrated a reduction in the severity of hallucinations following the horticultural therapy intervention. Statistical analysis also indicated a significant effect of horticultural therapy on reducing hallucination levels among patients with schizophrenia. These findings suggest that horticultural therapy is an effective complementary intervention for reducing hallucinations in patients with schizophrenia.

PENDAHULUAN

Skizofrenia adalah salah satu gangguan mental berat yang paling umum, dan termasuk dalam 20 penyebab kecacatan teratas di seluruh dunia dan mempengaruhi 20 juta orang. Orang dengan skizofrenia sering mengalami hal yang sama, seperti halusinasi, delusi, gangguan emosi, dan distorsi perilaku dan bahasa, dan mereka menghadapi risiko kematian dini 2–3 kali lebih besar dibandingkan populasi umum yang menentukan tingkat keparahan gangguan mental ini. Skizofrenia adalah penyakit yang melemahkan karena pasien mengalami gangguan kognitif, yang seringkali berkaitan dengan penurunan fungsi eksekutif, yang pada akhirnya menyebabkan gangguan fungsi sehari-hari dan interaksi sosial yang parah (Lu et al., 2021).

Halusinasi merupakan salah satu gejala yang sering ditemukan pada klien dengan gangguan jiwa, halusinasi sering diidentikkan dengan skizofrenia. Dari seluruh klien skizofrenia sebagian besar diantaranya mengalami halusinasi. Gangguan jiwa lain yang juga disertai dengan gejala halusinasi adalah gangguan manik depresif dan delirium. Halusinasi merupakan gangguan persepsi dimana klien mempersepsikan sesuatu yang sebenarnya tidak terjadi. Suatu penerapan panca indra tanpa ada rangsangan dari luar. Suatu penghayatan yang dialami suatu persepsi melalui panca indra tanpa stimulus eksteren persepsi palsu (Andri et al., 2019).

Halusinasi adalah persepsi yang muncul pada salah satu pancaindra tanpa adanya rangsangan dari luar. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti faktor perkembangan, lingkungan sosial budaya, kimiawi, psikologis, lingkungan fisik, serta pola asuh. Terjadinya halusinasi umumnya berkaitan dengan dua kelompok faktor utama, yaitu faktor predisposisi dan presipitasi. Faktor predisposisi meliputi aspek biologis, psikologis, dan sosial budaya yang berasal dari diri individu dan dapat meningkatkan kerentanan seseorang untuk mengalami halusinasi. Sementara itu, faktor presipitasi merupakan faktor pencetus yang memicu munculnya halusinasi, misalnya adanya gangguan komunikasi, stres dari lingkungan, serta kemampuan coping individu dalam menghadapi stresor tersebut (Anggarawati et al., 2022).

Dampak yang dapat di timbulkan pada pasien halusinasi adalah mereka akan merugikan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan karena mereka telah kehilangan kontrol diri yang mana dalam situasi tersebut, pada pasien halusinasi apabila tidak segera ditangani akan dapat melukai diri bahkan membunuh dirinya sendiri, melukai orang lain, atau bergabung dengan seseorang dikehidupan yang sudah mati (Khanna, 2025).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa individu yang mengalami halusinasi pendengaran berpotensi membahayakan dirinya sendiri, orang lain, maupun lingkungan sekitar. Kondisi ini juga dapat mengganggu berbagai fungsi penting, sehingga menimbulkan masalah pada aspek biologis, sosial, hingga spiritual. Di Indonesia, halusinasi sering kali dikaitkan dengan kepercayaan terhadap hal-hal mistis, seperti gangguan makhluk halus, jin, dan sejenisnya (Febrita et al., 2021).

Berbagai bentuk penatalaksanaan dapat diberikan kepada pasien yang mengalami halusinasi untuk membantu menurunkan tingkat keparahannya, khususnya pada pasien skizofrenia. Penanganan tersebut terdiri dari terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis menggunakan obat-obatan kimia yang bertujuan mengendalikan gejala psikosis dengan cepat. Namun, penggunaan obat jangka panjang sering menimbulkan efek samping seperti kekakuan lidah, berkurangnya motivasi, rasa tidak nyaman pada tubuh, hingga peningkatan produksi saliva. Kondisi ini dapat membuat pasien enggan minum obat secara teratur. Di sisi lain, terdapat pula terapi nonfarmakologis yang dapat membantu, seperti terapi menggambar, menulis, bernyanyi, hipnoterapi, CBT, serta terapi psikoreligius (Suwarni et al., 2025).

Terapi hortikultura telah menerima perhatian yang semakin meningkat sebagai intervensi yang efektif dan non-farmakologis Terapi hortikultura didefinisikan oleh *American*

Horticultural Therapy Association (AHTA) adalah pelibatan seseorang dalam aktivitas berkebun, difasilitasi oleh terapis terlatih, untuk mencapai tujuan perawatan tertentu. Ini dapat digunakan sebagai alat yang berguna dalam perawatan fisik dan emosional. Dalam dua dekade terakhir, semakin banyak penelitian yang berfokus pada efektivitas terapi hortikultura pada penderita skizofrenia, banyak diantaranya yang menunjukkan bahwa terapi hortikultura dapat meringankan gejala negatif dan positif pasien serta tingkat keparahan disabilitas mental. Perawatan ini juga dapat memberikan manfaat fisik dan meningkatkan fungsi sosial. Sebagaimana telah disebutkan sebelumnya, terapi hortikultura dapat menghasilkan luaran terapeutik yang lebih baik dari pada perawatan standar untuk skizofrenia (Lu et al., 2021).

METODE

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian Terapi Hortikultura (*Horticultural Therapy*) terhadap tingkat halusinasi pada pasien skizofrenia di Yayasan Griya Cinta Kasih Kabupaten Jombang. Penelitian dilaksanakan pada bulan April 2026 di Yayasan Griya Cinta Kasih Kabupaten Jombang setelah dilakukan survei awal pada bulan November. Desain penelitian yang digunakan adalah pre-experimental design dengan pendekatan one-group pretest-posttest design, yaitu penelitian yang dilakukan dengan mengukur tingkat halusinasi pasien sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) diberikan intervensi berupa Terapi Hortikultura.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien skizofrenia dengan diagnosis halusinasi di Yayasan Griya Cinta Kasih Kabupaten Jombang sebanyak 30 pasien. Sampel penelitian menggunakan seluruh anggota populasi sehingga jumlah sampel sebanyak 30 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling, yaitu teknik penentuan sampel dengan menggunakan seluruh anggota populasi sebagai responden penelitian.

Instrumen penelitian menggunakan kuesioner tingkat halusinasi (RUFA) yang terdiri dari 15 pertanyaan meliputi komponen pikiran, afek, dan perilaku atau tindakan, serta Standar Operasional Prosedur (SOP) Terapi Hortikultura sebagai pedoman pelaksanaan intervensi. Pengumpulan data dilakukan melalui pengukuran pretest sebelum pemberian terapi, kemudian responden diberikan Terapi Hortikultura selama 6 hari berturut-turut dengan durasi 20 menit setiap hari, dan selanjutnya dilakukan posttest setelah intervensi selesai. Data diolah melalui tahap editing, coding, scoring, dan tabulating, kemudian dianalisis menggunakan uji paired sample t-test dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Penelitian ini dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip-prinsip etika penelitian yang meliputi autonomy, informed consent, anonymity, confidentiality, beneficence, fidelity, dan justice.

HASIL

Data penelitian bersumber dari hasil observasi langsung terhadap keluarga pasien skizofrenia yang mengalami halusinasi di Yayasan Griya Cinta Kasih Kabupaten Jombang, diperoleh 30 pasien dengan skizofrenia yang mengalami halusinasi.

Tabel 1 Data Demografi Pasien Skizofrenia yang Mengalami Hausinasi (n = 30)

Variabel	Karakteristik	n	%
Usia	<20	1	3.3
	20-44	17	56.7
	45-54	10	33.3
	55-59	2	6.7
	Total	30	100
Jenis Kelamin	Laki-Laki	8	26.7
	Perempuan	22	73.3
	Total	30	100

Pendidikan	Tidak Sekolah	1	3.3
	SD	8	26.7
	SMP	10	33.3
	SMA	9	30.0
	Perguruan Tinggi	2	6.7
	Total	30	100
Pekerjaan	Petani	4	13.3
	PNS	2	6.7
	IRT/Lain-Lain	13	43.3
	Wiraswasta	8	26.7
	Tidak Bekerja	3	10.0
	Total	30	100

Berdasarkan Tabel 4.1–4.5, dari 30 responden, sebagian besar berusia 20–44 tahun sebanyak 17 responden (56,7%), sedangkan yang paling sedikit berusia <20 tahun sebanyak 1 responden (3,3%). Berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar responden adalah perempuan sebanyak 22 responden (73,3%), sedangkan laki-laki sebanyak 8 responden (26,7%). Berdasarkan tingkat pendidikan, jumlah responden terbanyak adalah SMP sebanyak 10 responden (33,3%), sedangkan yang paling sedikit tidak sekolah sebanyak 1 responden (3,3%). Berdasarkan pekerjaan, jumlah responden terbanyak adalah IRT/lain-lain sebanyak 13 responden (43,3%), sedangkan yang paling sedikit adalah PNS sebanyak 2 responden (6,7%). Berdasarkan status perkawinan, hampir seluruh responden telah menikah sebanyak 26 responden (86,7%), sedangkan responden yang bercerai dan belum menikah masing-masing sebanyak 2 responden (6,7%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Tingkat Halusinasi Sebelum Diberi Terapi Hortikultura (*Horticultural Therapy*) Pada Pasien Skizofrenia yang Mengalami Halusinasi di Yayasan Griya Cinta Kasih Kabupaten Jombang pada bulan April 2026 (n=30)

Tingkat Halusinasi	Frekuensi	Persentase (%)
Halusinasi Ringan	3	10.0
Halusinasi Sedang	12	40.0
Halusinasi Berat	15	50.0
Total	30	100.0

Berdasarkan tabel 2, Dapat diketahui bahwa tingkat halusinasi pada pasien Skizofrenia yang mengalami halusinasi di Yayasan Griya Cinta Kasih Kabupaten Jombang. Sebelum diberikan terapi Hortikultura (*Horticultural Therapy*) halusinasi berat sebanyak setengah 15 (50.0%) pasien dan sebagian kecil halusinasi ringan sebelum di berikan terapi sebanyak 3 (10.0%) pasien.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Tingkat Halusinasi Sesudah Diberi Terapi Hortikultura (*Horticultural Therapy*) Pada Pasien Skizofrenia yang Mengalami Halusinasi di Yayasan Griya Cinta Kasih Kabupaten Jombang Bulan April 2026 (n=30)

Tingkat Halusinasi	Frekuensi	Persentase (%)
Halusinasi Ringan	16	53.3
Halusinasi Sedang	13	43.3
Halusinasi Berat	1	3.3
Total	30	100.0

Berdasarkan tabel 3, Sebagian besar Halusinasi ringan setelah diberikan terapi Hortikultura (*Horticultural Therapy*) sebanyak 16 (53.3%) pasien dan Sebagian kecil Halusinasi berat sesudah di berikan terapi sebanyak 1 (3.3%) pasien.

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Data Pre dan Post Tingkat Halusinasi Pada Pasien Skizofrenia Di Yayasan Griya Cinta Kasih Kabupaten Jombang bulan April 2026 (n=30)

	N	Mean $\pm$ SD	Median (Min-Max)	P Value
Pretest	30	11.83 $\pm$ 4.549	11.00 (4-22)	0,000
Posttest	30	20.60 $\pm$ 4.484	21.00 (10-30)	

Berdasarkan Tabel 4, terdapat pengaruh signifikan pemberian terapi Hortikultura (Horticultural Therapy) terhadap tingkat halusinasi pada pasien skizofrenia di Yayasan Griya Cinta Kasih Kabupaten Jombang. Nilai rata-rata meningkat dari 11,83 sebelum intervensi menjadi 20,60 setelah intervensi. Hasil uji paired t-test menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga H_1 diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terapi Hortikultura berpengaruh terhadap penurunan tingkat halusinasi pada pasien skizofrenia.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian terapi Hortikultura (Horticultural Therapy) berpengaruh terhadap penurunan tingkat halusinasi pada pasien skizofrenia di Yayasan Griya Cinta Kasih Kabupaten Jombang. Sebelum diberikan terapi, sebagian besar responden mengalami halusinasi berat sebanyak 15 responden (50,0%), sedangkan setelah diberikan terapi sebagian besar mengalami halusinasi ringan sebanyak 16 responden (53,3%). Hasil uji paired t-test menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi Hortikultura memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penurunan tingkat halusinasi pada pasien skizofrenia.

Penurunan tingkat halusinasi terjadi karena terapi Hortikultura memberikan aktivitas yang terarah melalui kegiatan berkebun sehingga perhatian pasien teralihkan dari stimulus internal menuju aktivitas nyata. Kegiatan ini juga membantu pasien mengekspresikan emosi, meningkatkan konsentrasi, mengurangi stres, serta menumbuhkan rasa tanggung jawab dan percaya diri. Menurut Hasyim et al. (2024), terapi hortikultura merupakan terapi nonfarmakologis yang mampu meningkatkan kesehatan mental melalui aktivitas berkebun, memperbaiki suasana hati, serta membantu proses pemulihan pasien dengan gangguan jiwa. Selain itu, Niken Yuniar Sari et al. (2020) menyatakan bahwa terapi hortikultura dapat mengurangi gejala halusinasi dengan mengalihkan fokus pasien dari pengalaman sensorik yang tidak nyata ke aktivitas yang lebih produktif.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Niken Yuniar Sari et al. (2020) yang menunjukkan bahwa terapi hortikultura efektif menurunkan gejala halusinasi pada pasien skizofrenia. Penelitian Hasyim et al. (2024) juga menjelaskan bahwa kegiatan berkebun mampu meningkatkan fungsi psikologis, mengurangi stres, dan membantu pasien mengontrol gejala gangguan jiwa. Dengan demikian, terapi hortikultura dapat dijadikan sebagai salah satu terapi pendamping selain terapi farmakologis dalam penatalaksanaan pasien skizofrenia dengan halusinasi.

Berdasarkan hasil penelitian serta didukung oleh teori dan penelitian terdahulu, peneliti berpendapat bahwa terapi Hortikultura merupakan intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam membantu menurunkan tingkat halusinasi pada pasien skizofrenia. Aktivitas berkebun yang dilakukan secara terstruktur mampu mengalihkan perhatian pasien, meningkatkan interaksi dengan lingkungan, serta membantu pasien mengembangkan mekanisme koping yang lebih adaptif sehingga gejala halusinasi dapat berkurang.

Keterbatasan penelitian ini adalah menggunakan desain one-group pretest-posttest tanpa kelompok kontrol sehingga hasil penelitian belum dapat dibandingkan dengan kelompok yang tidak memperoleh terapi. Selain itu, penelitian belum mengendalikan faktor-faktor lain

yang dapat memengaruhi tingkat halusinasi, seperti kepatuhan minum obat, dukungan keluarga, lama menderita skizofrenia, maupun kondisi psikologis pasien selama penelitian berlangsung.

Implikasi keperawatan dari penelitian ini adalah terapi Hortikultura dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis dalam membantu mengurangi tingkat halusinasi pada pasien skizofrenia. Perawat diharapkan dapat mengintegrasikan kegiatan berkebun ke dalam program terapi aktivitas kelompok maupun rehabilitasi psikososial sehingga mampu meningkatkan kemampuan pasien dalam mengontrol halusinasi, memperbaiki fungsi sosial, serta mendukung proses pemulihan secara optimal.

SIMPULAN

Pemberian terapi Hortikultura (Horticultural Therapy) terbukti mampu menurunkan tingkat halusinasi pada pasien skizofrenia di Yayasan Griya Cinta Kasih Kabupaten Jombang. Sebelum diberikan terapi, sebagian besar pasien mengalami halusinasi berat, sedangkan setelah intervensi sebagian besar mengalami halusinasi ringan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi Hortikultura merupakan intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam membantu mengurangi gejala halusinasi melalui aktivitas berkebun yang mampu mengalihkan perhatian pasien, meningkatkan konsentrasi, serta memperbaiki kondisi psikologis. Oleh karena itu, terapi Hortikultura berpotensi menjadi salah satu alternatif intervensi keperawatan dalam mendukung pengendalian halusinasi dan meningkatkan proses pemulihan pasien skizofrenia.

REFERENCE

- Anggarawati, Tuti, Primanto, Rico, Azhari, and Nanang Khosim. 2022. "Penerapan Terapi Psikoreligi Dzikir Untuk Menurunkan Halusinasi Pada Klien Skizofrenia Di Wilayah Binaan Puskesmas Ambarawa." *Jurnal Keperawatan Sisthana* 7(2):64-71. doi: 10.55606/sisthana.v7i2.124.
- Khanna, S. (2025). *The Impact of Psychosis on Mental Health and Quality of Life of an Individual*. <https://doi.org/10.5772/intechopen.1009870>
- Suwarni, A. A., Utomo, E. K., Widiastuti, A., & Pujiyanto, J. S. (2025). *Penerapan Terapi Okupasi Menggambar Pada Pasien Halusinasi Di Rsjd Dr. Arif Zainudin Surakarta*. <https://doi.org/10.31004/Prepotif.V9i2.48127>
- Lu, S., Zhao, Y., Liu, J., Xu, F., & Wang, Z. (2021). Effectiveness of *Horticultural Therapy* in People with Schizophrenia: A Systematic Review and Meta-Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(3), 964. <https://doi.org/10.3390/ijerph18030964>
- Andri, J., Febriawati, H., Panzilion, P., Sari, S. N., & Utama, D. A. (2019). Implementasi Keperawatan dengan Pengendalian Diri Klien Halusinasi pada Pasien Skizofrenia. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 1(2), 146–155. <https://doi.org/10.31539/jka.v1i2.922>