

Implementation Of Card Playing And Journaling Interventions In Schizophrenia Patients With Grandiose Delusions In A Mental Hospital

Penerapan Intervensi Bermain Kartu Dan Journaling Pada Pasien Skizofrenia Dengan Waham Kebesaran Di Rumah Sakit Jiwa

Sausandha Yasma Chaimira ¹⁾; Indra Maulana ²⁾; Efri Widiанти ³⁾
^{1,2,3)} Universitas Padjadjaran

Email: ¹⁾ sausandha20001@mail.unpad.ac.id

How to Cite :

Chaimira, S. Y., Maulana, I., Widiанти, E. (2026). Penerapan Intervensi Bermain Kartu dan Journaling pada Pasien Skizofrenia dengan Waham Kebesaran di Rumah Sakit Jiwa. *Journal of Nursing*. 1(2).

ARTICLE HISTORY

Received [08 Oktober 2025]

Revised [08 Mei 2026]

Accepted [12 Mei 2026]

KEYWORDS

Schizophrenia, Delusions, Card Playing Intervention, Journaling, Reality Orientation .

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



ABSTRAK

Skizofrenia merupakan suatu gangguan psikologis yang ditandai dengan terpecahnya pikiran, persepsi, dan juga kognitif. Salah satu gejala umum yang sering muncul pada pasien Skizofrenia adalah waham. Waham merupakan kondisi dimana penderitanya tidak dapat membedakan kejadian nyata dengan kejadian yang ada di pikirannya. Penanganan waham dapat dilakukan melalui terapi nonfarmakologis seperti terapi bermain kartu dan journaling. Studi ini bertujuan untuk mengevaluasi penerapan intervensi kartu bermain dan journaling sebagai intervensi nonfarmakologis dalam melatih orientasi realita pada waham dan meningkatkan fungsi sosial pasien Skizofrenia. Metode penelitian yang digunakan adalah clinical case report yang dilakukan dari tanggal 29 Mei 2025 – 5 Juni 2025 dengan subjek penelitian seorang laki-laki berusia 21 tahun dengan diagnosis medis Skizofrenia. Intervensi dilakukan selama empat kali pertemuan berturut-turut dengan durasi 15–30 menit, menggunakan permainan kartu untuk mencocokkan warna dan angka, diikuti kegiatan journaling sebagai refleksi diri. Hasil evaluasi menunjukkan adanya penurunan intensitas waham kebesaran yang ditandai dengan peningkatan konsentrasi selama aktivitas serta meningkatnya kemampuan pasien dalam mengontrol perilaku dan berbicara lebih sesuai dengan realita. Intervensi bermain kartu membantu pasien melatih konsentrasi dan mengikuti aturan, sedangkan journaling membantu mengenali pikiran tidak realistis dan mengubahnya menjadi pernyataan yang lebih rasional. Meskipun belum terjadi pemulihan total, intervensi ini dapat memberikan dampak terapeutik positif bagi pasien dengan kombinasi intervensi farmakologis dan faktor pendukung lainnya.

ABSTRACT

Schizophrenia is a psychological disorder characterized by fragmented thinking, perception, and cognitive function. One common symptom that often appears in schizophrenia patients is delusion. Delusion is a condition where the sufferer cannot distinguish real events from events that occur in their mind. Treatment of delusions can be done through non-pharmacological therapies such as card playing therapy and journaling. This study aims to evaluate the application of card playing and journaling interventions as non-pharmacological interventions in training reality orientation in delusions and improving the social functioning of schizophrenia patients. The research method used is a clinical case report conducted from May 29, 2025 - June 5, 2025, with the subject of a 21-year-old man with a medical diagnosis of schizophrenia. The intervention was carried out over four consecutive meetings with a duration of 15-30 minutes, using card games to match colors and numbers, followed by journaling activities as self-reflection. The evaluation results showed a decrease in the intensity of grandiose delusions characterized by increased concentration during activities and an increase in the patient's ability to control behavior and speak more in accordance with reality. Card-playing interventions help patients practice concentration and following rules, while journaling helps

identify unrealistic thoughts and transform them into more rational statements. While complete recovery is not yet achieved, these interventions can have a positive therapeutic impact on patients when combined with pharmacological interventions and other supportive factors.

PENDAHULUAN

Skizofrenia merupakan suatu gangguan psikologis yang ditandai dengan adanya bentuk penyimpangan realita, terisolasi dari hubungan sosial, serta terpecahnya pikiran, persepsi, dan juga kognitif (Stuart, 2013). Berdasarkan data dari American Psychiatric Association (APA) tahun (2018), 1% populasi di dunia ini mengalami penyakit Skizofrenia. Skizofrenia merupakan salah satu penyebab dari 15 jenis penyebab penyakit yang mengakibatkan kecacatan di dunia (NIMH, 2019). Skizofrenia disebut sebagai gangguan yang muncul karena adanya kesimpangan pada otak sehingga terjadi kekacauan dalam merasakan, memproses, serta menunjukkan emosi dan bahasa pada individu (WHO, 2022).

Dalam data profil Kesehatan Indonesia pada tahun 2024, dipaparkan bahwa dari 668.608 orang dengan gangguan jiwa berat yang mendapatkan layanan di fasilitas kesehatan sejak 2022–2024, 625.331 orang (93,53%) di antaranya merupakan penderita Skizofrenia, dan 43.277 orang (6,47%) menderita psikotik akut. Hal ini menunjukkan bahwa Skizofrenia masih menjadi salah satu masalah kesehatan jiwa terbesar di Indonesia. Selain itu, data dari Riskeudas 2018 menyatakan bahwa prevalensi rumah tangga dengan anggota yang mengalami Skizofrenia/psikosis adalah 6,7 per mil, artinya dari 1.000 rumah tangga terdapat sekitar 6–7 rumah tangga yang memiliki anggota keluarga sebagai pengidap gangguan jiwa berat (Kemenkes, 2024). Pada pasien dengan Skizofrenia, tanda gejala yang paling sering muncul salah satunya adalah delusi atau waham.

Waham atau delusi merupakan salah satu gejala yang ditandai dengan kondisi dimana penderitanya tidak dapat membedakan kejadian nyata dengan kejadian yang ada di pikirannya (Lenakoly, 2022). Penelitian Brakoulias & Starcevic (2008) menyatakan bahwa delusi merupakan gejala yang paling sering muncul pada pasien dengan Skizofrenia. Dalam studi yang melibatkan 113 pasien rawat inap di bangsal psikiatri akut, ditemukan bahwa sekitar 72% pasien dengan Skizofrenia menunjukkan satu atau lebih bentuk waham, terutama waham curiga dan waham kebesaran.

Pasien Skizofrenia dengan waham seringkali menghadapi berbagai dampak negatif yang dapat memengaruhi kualitas hidup mereka secara signifikan. Ketika terjadi gangguan dalam menilai keadaan realita, hal ini berujung pada disfungsi psikologis dan sosial. Oleh karena itu, dibutuhkan intervensi mendalam yang dapat diterapkan untuk membantu pasien mengelola gejalanya serta memperbaiki kesehatan mental dan fisiknya seperti terapi farmakologis atau pemberian obat antipsikotik, terapi non-farmakologis, serta dukungan sosial dari lingkungannya. Dalam upaya memperkecil dampak yang ditimbulkan oleh waham, salah satu intervensi yang dapat diterapkan untuk menurunkan tanda gejala waham yaitu intervensi untuk melatih orientasi realita. Salah satu bentuk intervensi untuk melatih orientasi realita dapat dikemas menjadi suatu aktivitas atau permainan kartu. Intervensi bermain kartu seperti kartu UNO ini dapat melatih fokus, konsentrasi, kemampuan mengikuti aturan, dan interaksi sosial pada pasien dengan waham. Selain itu juga terapi ini dapat melatih pasien untuk mengatur emosi ketika kalah dan belajar cara menghargai orang lain (Khazaal et al., 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh Khazaal et al. (2015) melaporkan bahwa penggunaan permainan kartu ini dapat menurunkan skor keyakinan delusi pada 45 pasien dengan waham. Ching-Teng (2019) melaporkan permainan kartu yang berisi angka dan warna dapat melatih pengendalian diri, mengingat informasi jangka pendek, dan melatih kemampuan adaptasi ketika dihadapkan dengan aturan. Selain itu, penelitian Xue et al. (2021) dan Moya-Higueras et al. (2023) menunjukkan bahwa permainan kartu mampu meningkatkan fungsi eksekutif, termasuk kontrol diri, memori kerja, dan fleksibilitas berpikir pada anak-anak yang berisiko mengalami eksklusi sosial, serta meningkatkan working memory dan cognitive flexibility pada remaja dan dewasa dengan gangguan atensi.

Selain permainan kartu sebagai bentuk dari terapi aktivitas kelompok, intervensi juga dapat didukung oleh kegiatan journaling sebagai psikoterapi tambahan. Penelitian Tang et al. (2023) yang melakukan Positive Psychology Expressive Writing pada 86 pasien Skizofrenia menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada harapan, koping positif, serta kualitas hidup di seluruh domain. Kegiatan journaling ini juga membantu pasien mengekspresikan perasaan dan pikiran yang sulit diungkapkan secara verbal, sehingga mendorong proses refleksi diri dan peningkatan insight (Niles et al., 2014).

Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melihat pengaruh pemberian intervensi bermain kartu dan journaling dalam menurunkan tanda dan gejala waham pada pasien karena pasien dengan waham kebesaran seringkali sulit untuk diajak komunikasi realita, sehingga dibutuhkan intervensi yang menarik, ringan, dan bermakna untuk meningkatkan fokus serta insight yang dimilikinya.

LANDASAN TEORI

Menurut Greene & Eske (2021), Skizofrenia merupakan kondisi kompleks jangka panjang yang secara signifikan dapat mempengaruhi aktivitas serta kestabilan dalam mempertahankan hubungan sehat. Akibat kekacauan dalam pola pikirnya, skizofrenia dapat menyebabkan seseorang mengalami masalah dengan dirinya sendiri, seperti hilangnya ego pertahanan diri dan timbulnya ketidakseimbangan hubungan dengan dunia luar (Istichomah & Fatihatur, 2020). Ketika Skizofrenia telah menjadi parah, maka individu akan mengalami gangguan identitas, tidak mampu mengontrol diri sendiri, serta tidak mampu mengatasi permasalahan yang ada (Stuart, 2013).

Delusi atau waham merupakan salah satu gejala dari skizofrenia yang ditandai dengan kondisi dimana penderitanya tidak dapat membedakan kejadian nyata dengan kejadian yang ada di pikirannya. Penderita yang mengalami waham memiliki keyakinan besar terhadap pandangan subjektifnya, suasana hati yang mudah tersinggung dan mudah marah, serta selalu meyakini argumen kontra. Waham kebesaran merupakan salah satu delusi yang meyakini suatu individu bahwa dirinya memiliki kekuatan spesial atau menjadi seseorang dengan kecerdasan atau pengetahuan tertinggi dan bertentangan dengan realitanya. Waham ini biasanya muncul ketika individu memiliki kejadian traumatik yang berkaitan dengan penolakan, kegagalan, ataupun penghinaan terhadap harga dirinya, sehingga ia menciptakan mekanisme pertahanan sebagai bentuk kompensasi terhadap emosi negatif dan harga diri rendah yang ia rasakan (Knowles et al., 2011).

Pada pasien dengan waham yang baru saja melalui fase aktif dan akan masuk ke dalam fase residual untuk menurunkan gejala positifnya, dibutuhkan pendekatan intervensi secara perlahan seperti melatih konsentrasi pasien, belajar untuk mengikuti aturan, dan memulai kembali proses interaksi sosial (Freeman, 2011). Salah satu intervensi yang dapat dilakukan adalah terapi aktivitas kelompok dengan bermain kartu menggunakan prinsip terapeutik yang serupa dengan Michael's Game, yaitu UNO. Penelitian yang dilakukan oleh Khazaal et al. (2015) menggunakan permainan kartu untuk menurunkan skor keyakinan delusi pada 45 pasien dengan waham. Permainan kartu ini dikemas dalam konsep yang bernama 'Michael's Game', dimana kartu ini berisi skenario dan pertanyaan reflektif tentang pikiran yang nantinya pemain akan mempelajari proses berpikir realistis melalui peran orang ketiga (Michael). Meskipun UNO tidak secara langsung dirancang untuk menantang keyakinan delusional seperti Michael's Game, prinsip terapeutiknya serupa, yaitu mendorong pasien untuk berpikir logis, berinteraksi sosial, dan mengikuti aturan realita dalam konteks permainan.

Selain itu, pasien Skizofrenia terkadang sulit untuk mengungkapkan perasaannya akibat adanya distorsi yang mengacaukan pikiran mereka, sehingga dibutuhkan intervensi yang dapat membantu untuk mengatasi hal tersebut, salah satunya yaitu *journalling*. Mekanisme ini terjadi melalui proses *cognitive restructuring*, di mana *journalling* membantu pasien menyalurkan kebutuhan akan pengakuan dalam bentuk refleksi diri yang lebih rasional dan konstruktif, sehingga memperkuat harga diri tanpa memperkuat isi pikir waham (Tang et al., 2023).

METODE PENELITIAN

Metode Analisis

Penelitian ini menggunakan metode *clinical case report* atau laporan kasus. Penelitian dilakukan selama 8 hari, mulai dari tanggal 29 Mei 2025 – 5 Juni 2025 di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jawa Barat, tepatnya di Ruang Perkutut (Ruang Pemulihan). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu format pengkajian asuhan keperawatan jiwa pada pasien dengan gangguan psikosa dari Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran.

Sampel penelitian yang diambil oleh peneliti merupakan satu orang pasien yaitu Tn.R berusia 21 tahun dengan diagnosa medis Skizofrenia Hebefrenik yang mengalami gejala waham dan sedang berada dalam ruang tenang. Data diperoleh melalui beberapa tahapan, seperti wawancara, observasi, dan juga studi dokumentasi. Selanjutnya, data dianalisis sehingga dapat dirumuskan diagnose keperawatan. Diagnosa keperawatan yang muncul dan menjadi focus asuhan keperawatan adalah waham : Waham Kebesaran.

Intervensi bermain kartu dan *journalling* dilakukan dalam empat kali pertemuan secara berturut-turut. Dengan tahapan intervensi yaitu hari pertama sebelum melakukan intervensi bermain kartu, pasien diminta untuk menuliskan kegiatan yang telah dilakukannya hari ini dan juga apa yang dirasakannya pada saat itu, kemudian hari selanjutnya melakukan intervensi bermain kartu. Permainan dilakukan sekitar 15-30 menit dalam sekali pertemuan mulai dari tanggal 01 – 03 Juni 2025. Setelah selesai bermain kartu, pasien diminta untuk kembali melakukan kegiatan *journalling* dengan menceritakan kegiatan yang telah dilakukannya hari itu dan juga mengungkapkan perasaannya. Kegiatan permainan kartu dan *journalling* ini diharapkan dapat

menurunkan tanda gejala waham dengan cara intervensi yang diberikan dapat mendistraksi pasien terhadap wahamnya.

Setelah dilakukan intervensi, evaluasi dilakukan dengan menggunakan *form checklist* tanda gejala waham yang meliputi data subjektif dan objektif sesuai dengan Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI) pada diagnosa waham dengan cara mengobservasi kembali tanda dan gejala waham yang dialami pasien serta melalui buku harian yang ditulis oleh pasien. Evaluasi ini dilakukan dengan membandingkan tanda dan gejala waham pada pasien sebelum dan sesudah dilakukannya intervensi untuk mengukur penurunan tanda dan gejala waham yang dialami oleh pasien dan mengetahui sejauh mana keberhasilan intervensi dalam membantu pasien mengelola wahamnya. Penelitian ini dilakukan dengan tetap memperhatikan prinsip etik keperawatan dan sudah memperoleh persetujuan tertulis dari pasien dengan penandatanganan lembar informed consent.

Tabel 1. Tanda dan Gejala Waham berdasarkan SDKI

	Data Subjektif	Data Objektif
Data Mayor	<ul style="list-style-type: none"> Mengungkapkan isi waham 	<ul style="list-style-type: none"> Menunjukkan perilaku sesuai isi waham Isi pikir tidak sesuai realitas Isi pembicaraan sulit dimengerti
Data Minor	<ul style="list-style-type: none"> Merasa sulit berkonsentrasi Merasa khawatir 	<ul style="list-style-type: none"> Curiga berlebihan Waspada berlebihan Bicara berlebihan Sikap menentang atau permusuhan Wajah tegang Pola tidur berubah Tidak mampu mengambil Keputusan Flight of idea Produktifitas kerja menurun Tidak mampu merawat diri Menarik diri

Sumber : Tim Pokja SDKI DPP PPNI., 2017

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penerapan intervensi dengan melakukan kartu bermain ini merupakan bentuk untuk melatih orientasi realita pasien terhadap orang, waktu, tempat, serta lingkungan sekitar dengan cara bermain kartu uno yang memiliki variasi warna dan angka, kemudian meminta pasien untuk mencocokkannya sesuai dengan warna atau angka yang diminta. Selain itu juga melakukan penerapan *journalling* untuk membantu mempraktekkan kemampuan positif yang dimiliki oleh pasien dan juga sebagai bentuk evaluasi dari kegiatan harian yang telah dilakukan oleh pasien. Berikut hasil evaluasi penelitian dengan mengamati tanda dan gejala pada pasien sesuai dengan Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI) pada Tn. R selama 3 hari :

Tabel 2. Hasil evaluasi intervensi berdasarkan tanda dan gejala

No	Aspek Penilaian Tanda dan Gejala	Evaluasi			
		Pre	Hari-1	Hari-2	Hari-3
Data Mayor - Subjektif					
1.	Mengungkapkan Isi Waham	✓	✓	-	-
Data Mayor – Objektif					
2.	Menunjukkan perilaku sesuai isi waham	✓	✓	-	-
3.	Isi pikir tidak sesuai realitas	✓	✓	-	-
4.	Isi pembicaraan sulit dimengerti	-	-	-	-
Data Minor – Subjektif					
5.	Merasa sulit berkonsentrasi	✓	✓	✓	-
6.	Merasa khawatir	✓	✓	✓	-

Data Minor – Objektif

7.	Curiga berlebihan	-	-	-	-
8.	Waspada berlebihan	-	-	-	-
9.	Bicara berlebihan	✓	✓	-	-
10.	Sikap menentang atau permusuhan	-	-	-	-
11.	Wajah tegang	-	-	-	-
12.	Pola tidur berubah	✓	✓	✓	✓
13.	Tidak mampu mengambil Keputusan	✓	✓	✓	-
14.	Flight of idea	✓	✓	-	-
15.	Produktifitas kerja menurun	✓	✓	-	-
16.	Tidak mampu merawat diri	✓	-	-	-
17.	Menarik diri	-	-	-	-

Selama tiga hari penerapan intervensi yang dievaluasi sebelum dan setelah penerapan, terjadi perbaikan tanda gejala waham pada Tn. R setelah pemberian intervensi bermain kartu dan journaling. Pada hari pertama, tanda gejala “tidak mampu merawat diri” sudah tidak dialami oleh pasien. Pada hari kedua setelah intervensi, pasien sudah tidak mengungkapkan isi wahamnya, menunjukkan perilaku sesuai isi waham, isi pikir tidak sesuai realita, isi pembicaraan sulit dimengerti, flight of idea, bicara berlebihan, dan produktifitas kerja menurun, akan tetapi masih sulit berkonsentrasi, merasa khawatir, dan tidak mampu mengambil keputusan. Pada hari ketiga setelah intervensi, pasien sudah tidak menunjukkan tanda gejala waham dan menyatakan bahwa hanya pola tidurnya yang masih berubah. Secara keseluruhan hasil ini menunjukkan bahwa penerapan intervensi kartu bermain dan journaling menunjukkan adanya perbaikan tanda gejala pasien dengan waham.

Pembahasan

Skizofrenia merupakan suatu gangguan jiwa yang terjadi karena adanya proses penyimpangan pada otak sehingga individu mengalami kekacauan dalam hal merasakan, memproses, serta menunjukkan emosi dan bahasanya (WHO, 2022). Menurut Pedoman Penggolongan dan Diagnosa Gangguan Jiwa edisi III (PPDGJ-III), Skizofrenia adalah salah satu sindrom atau penyakit gangguan jiwa yang memiliki banyak penyebab serta akibat yang dapat mempengaruhi fisik, genetik, serta sosial budaya dengan ditandai oleh adanya penyimpangan realitas, terisolasi dari hubungan sosial, serta terpecahnya pikiran, persepsi, dan juga kognitif (Stuart, 2013).

Pada kasus Tn. R yang mengalami waham kebesaran, peneliti menggunakan kartu uno sebagai bentuk intervensi untuk melatih focus dan orientasi realita pada pasien karena permainan ini menuntut peserta untuk memperhatikan warna, angka, sekaligus mengikuti aturan dan giliran secara bergantian. Melalui aktivitas ini, pasien dilatih untuk berfokus pada stimulus eksternal (realita), bukan pada isi pikir yang tidak realistis.

Selain itu, permainan ini juga melatih toleransi terhadap frustrasi yang dirasakannya ketika kalah, mengontrol dorongan ingin menang atau merasa lebih unggul, serta menghargai keberhasilan orang lain, yang secara tidak langsung dapat mengurangi perilaku dominan dan perasaan superior yang muncul akibat waham kebesaran. Dimana hal ini sejalan dengan beberapa penelitian yang mengatakan bahwa permainan kartu dengan konsep mencocokkan angka atau warna dapat meningkatkan fungsi eksekutif, terutama dalam hal inhibitory control (pengendalian diri), working memory, dan cognitive flexibility yang mana hal ini merupakan proses adaptasi ketika dihadapkan dengan suatu aturan atau strategi. (Moya-Higueras et al., 2023; Xue et al., 2021; Ching-Teng, 2019).

Selama sesi terapi, Tn. R dalam kasus awalnya menunjukkan perilaku dominan dan menganggap dirinya lebih hebat dengan mengatakan bahwa ia pernah menjadi pemain kartu hebat saat remaja. Pasien memiliki fokus yang gampang teralihkan dan masih belum dapat mengikuti aturan permainan. Ketika permainan berakhir dan pasien mengalami kekalahan, pasien merasa sedih dan ingin mencoba kembali sampai ia menang.

Namun, pada sesi berikutnya, pasien mulai mampu mengikuti aturan permainan dengan baik, mengontrol emosi saat kalah, dan bahkan memberikan dukungan kepada pemain lain. Perubahan ini menunjukkan peningkatan dalam orientasi realita, kemampuan sosial, serta penurunan intensitas keyakinan waham kebesaran. Penelitian Moya-Higueras et al. (2023), menyatakan bahwa permainan rekreasional seperti kartu dapat memperbaiki atensi selektif dan kecepatan reaksi kognitif, serta menurunkan stress psikologis jangka pendek.

Hal ini disebabkan oleh munculnya perasaan terhubung pada pasien saat sedang memainkannya dan juga membantu memperkuat fungsi kognitif dasar yang dimiliki pasien, dimana hal tersebut merupakan

fungsi yang terganggu pada pasien Skizofrenia. Selain permainan kartu, intervensi dalam penelitian ini juga didukung dan dievaluasi dengan menerapkan kegiatan *journaling* setelah melakukan kegiatan atau aktivitas pada hari tersebut. Hal ini dilakukan untuk membantu pasien mengekspresikan perasaan yang sulit diungkapkan secara verbal dan juga sebagai bentuk refleksi serta evaluasi diri untuk meningkatkan *self-awareness* dalam diri pasien.

Hofmann & Gómez (2017) menjelaskan bahwa kegiatan *journaling* atau menulis catatan harian ini dapat menginternalisasikan isi pikiran, perasaan, serta kebutuhan individu yang biasanya ia simpan sendiri. Pada kasus Tn. R, setelah melakukan terapi bermain kartu di hari kedua intervensi, ia mengungkapkan bahwa “Kalau mau menang harus mengikuti tata cara permainannya. Harus Suportif dalam bermain game. Harus focus”.

Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan *journaling* ini membantunya untuk memperbaiki kembali pola pikirnya jika dirinya ingin memenangkan permainan. Penelitian Niles et al. (2014) yang menerapkan *journaling* kepada 112 responden usia dewasa muda menunjukkan bahwa *journaling* menurunkan secara signifikan depresi psikologis pada peserta yang memiliki tingkat *emotional expressivity* tinggi. *Journaling* dapat membantu pasien menyadari isi pikir dan emosi yang muncul selama aktivitas.

Pada akhir sesi terapi, Tn. R sudah dapat menulis di buku hariannya bahwa “Aku akan focus untuk beruba menjadi pribadi yang lebih tenang dan baik kepada siapapun itu orangnya”. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Tang et al. (2023), dimana hasilnya menunjukkan bahwa terdapat peningkatan signifikan pada harapan, koping positif, dan juga kualitas hidup pada 86 pasien wanita Skizofrenia yang melakukan kegiatan *Positive Psychology Expressive Writing (PPEW) / Journaling*. Menurutnya, kegiatan *journaling* ini dapat membantu pasien menyalurkan kebutuhan akan pengakuan dalam bentuk refleksi diri positif yang realistis. Bentuk kegiatan *journaling* dapat berisi kalimat positif atau ungkapan rasa syukur. Dalam penelitian Niles et al. (2014), ditemukan adanya peningkatan harga diri dan juga penurunan tanda gejala waham yang mana juga ditunjukkan dalam kasus Tn. R.

Penelitian-penelitian di atas menunjukkan kegiatan bermain kartu yang didukung dengan *journaling* ini dapat membantu untuk mengurangi depresi, kecemasan, dll. Penerapan intervensi ini juga tidak hanya membantu untuk menurunkan tanda gejala waham, akan tetapi juga meningkatkan harga diri individu sehingga ia mampu mengontrol impuls maupun perasaan dominan agar lebih terarah pada realita (Xue et al., 2021).

Akan tetapi, terdapat beberapa keterbatasan yang dapat mempengaruhi hasil intervensi. Terapi yang hanya dilakukan dalam empat sesi mungkin belum dapat membuat perubahan perilaku maupun pola pikir pasien stabil, sehingga diperlukan adanya sesi berulang dan waktu yang lebih lama untuk membuat efek ini bertahan. Selain itu, perlu adanya dukungan sosial yang kuat dari keluarga maupun lingkungan sekitar, karena hal ini dapat memengaruhi tingkat konsentrasi, motivasi, dan juga kondisi emosional pasien yang kemudian dapat memengaruhinya ketika berada dalam sesi terapi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penerapan intervensi Terapi Kartu Bermain yang didukung dengan kegiatan *Journaling* pada pasien skizofrenia dengan masalah keperawatan Gangguan isi pikir : Waham Kebesaran menunjukkan dampak positif dengan membantu pasien melatih orientasi realita, mengolah emosinya, meningkatkan fokus perhatian dan kontrol diri pada pasien.

Melalui terapi bermain kartu, pasien dilatih untuk mengikuti aturan, menunggu giliran, berinteraksi sosial, dan menyesuaikan diri terhadap adanya perubahan. Sedangkan terapi *journaling* sebagai bentuk evaluasi harian dapat membantu pasien mengekspresikan isi pikir dan perasaan yang sulit diungkapkan secara verbal. Dengan menulis ini, baik hal positif atau negatif terkait perasaan yang dialaminya, pasien dilatih untuk mampu mengenali pola pikir yang tidak realistis, mengubahnya menjadi pernyataan yang lebih rasional berdasarkan kegiatan yang dialaminya, serta membangun harga diri positif dan cara yang tepat dalam mengontrol emosi.

Hasil observasi dan evaluasi dari penerapan intervensi ini menunjukkan adanya penurunan intensitas waham kebesaran yang ditandai dengan peningkatan konsentrasi selama aktivitas serta meningkatnya kemampuan pasien dalam mengontrol perilaku dan berbicara lebih sesuai dengan realita. Meskipun belum terjadi pemulihan total, intervensi ini dapat memberikan dampak terapeutik positif bagi pasien dengan kombinasi intervensi farmakologis dan faktor pendukung lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association (APA). (2018). *Schizophrenia*. <https://www.psychiatry.org/patients-families/schizophrenia>
- Brakoulias, V., & Starcevic, V. (2008). A cross-sectional survey of the frequency and characteristics of delusions in acute psychiatric wards. *Australasian Psychiatry: Bulletin of Royal Australian and New Zealand College of Psychiatrists*, 16(2), 87–91. <https://doi.org/10.1080/10398560701633176>
- Ching-Teng, Y. (2019). Effect of board game activities on cognitive function improvement among older adults in adult day care centers. *Social Work in Health Care*, 58(9), 825–838. <https://doi.org/10.1080/00981389.2019.1656143>
- Freeman, D. (2011). Improving cognitive treatments for delusions. *Schizophrenia Research*, 132(2–3), 135–139. <https://doi.org/10.1016/j.schres.2011.08.012>
- Greene, N., & Eske, J. (2021). *What to know about the stages of schizophrenia*. Medical News Today. <https://www.medicalnewstoday.com/articles/stages-of-schizophrenia>
- Hofmann, S. G., & Gómez, A. F. (2017). Mindfulness-Based Interventions for Anxiety and Depression. *The Psychiatric Clinics of North America*, 40(4), 739–749. <https://doi.org/10.1016/j.psc.2017.08.008>
- Istichomah, I., & Fatihatur, R. (2020). THE EFFECTIVENESS OF FAMILY KNOWLEDGE ABOUT SCHIZOPHRENIA TOWARD FREQUENCY OF RECURRENCE OF SCHIZOPHRENIC FAMILY MEMBERS AT POLY MENTAL GRHASIA MENTAL HOSPITAL D. I. YOGYAKARTA. *JURNAL KESEHATAN SAMODRA ILMU*, 10(2). <https://stikes-yogyakarta.e-journal.id/JKSI/article/view/48>
- Jonathan Lenakoly Isnawaty Wantasen Garryn Ch Ranuntu, V. L. (n.d.). *ANALISIS GANGGUAN DELUSI PADA TOKOH UTAMA YANG TERCERMIN DALAM FILM FRACTURED KARYA BRAD ANDERSON*.
- Kesehatan, K. (2024). Profil Kesehatan Profil Kesehatan. In *Buku*.
- Khazaal, Y., Chatton, A., Dieben, K., Huguelet, P., Boucherie, M., Monney, G., Lecardeur, L., Salamin, V., Bretel, F., Azoulay, S., Pesenti, E., Krychowski, R., Costa Prata, A., Bartolomei, J., Brazo, P., Traian, A., Charpeaud, T., Murys, E., Poupart, F., ... Favrod, J. (2015). Reducing Delusional Conviction through a Cognitive-Based Group Training Game: A Multicentre Randomized Controlled Trial. *Frontiers in Psychiatry*, 6, 66. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2015.00066>
- Knowles, R., McCarthy-Jones, S., & Rowse, G. (2011). Grandiose delusions: a review and theoretical integration of cognitive and affective perspectives. *Clinical Psychology Review*, 31(4), 684–696. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.02.009>
- Moya-Higueras, J., Solé-Puiggené, M., Vita-Barrull, N., Estrada-Plana, V., Guzmán, N., Arias, S., Garcia, X., Ayesa-Arriola, R., & March-Llanes, J. (2023). Just Play Cognitive Modern Board and Card Games, It's Going to Be Good for Your Executive Functions: A Randomized Controlled Trial with Children at Risk of Social Exclusion. *Children (Basel, Switzerland)*, 10(9). <https://doi.org/10.3390/children10091492>
- National Institute of Mental Health (NIMH). (2019). *Schizophrenia*. <https://www.nimh.nih.gov/health/statistics/schizophrenia>
- Niles, A. N., Haltom, K. E. B., Mulvenna, C. M., Lieberman, M. D., & Stanton, A. L. (2014). Randomized controlled trial of expressive writing for psychological and physical health: the moderating role of emotional expressivity. *Anxiety, Stress, and Coping*, 27(1), 1–17. <https://doi.org/10.1080/10615806.2013.802308>
- Stuart, G. W. (2013). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. EGC.
- Tang, M.-W., Cheng, Y., Zhang, Y.-H., & Liu, S.-J. (2023). Effect of a Positive Psychology Expressive Writing on Stigma, Hope, Coping Style, and Quality of Life in Hospitalized Female Patients with Schizophrenia: A Randomized, Controlled Trial. *Perspectives in Psychiatric Care*, 2023(1), 1577352. <https://doi.org/https://doi.org/10.1155/2023/1577352>
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik (Edisi 1) (I)*. DPP PPNI.
- World Health Organization (WHO). (2022). World Mental Health Report: Transforming mental health for all. In *The BMJ*. <https://doi.org/10.1136/bmj.o1593>

Xue, B., Xiao, A., Luo, X., & Li, R. (2021). The effect of a game training intervention on cognitive functioning and depression symptoms in the elderly with mild cognitive impairment: A randomized controlled trial. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 30(4), e1887. <https://doi.org/10.1002/mpr.1887>