



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

HEALTH SCIENCES JOURNAL

<http://studentjournal.umpo.ac.id/index.php/HSJ>

LITERATURE REVIEW : TERAPI YOGA PADA PASIEN SKIZOFRENIA DENGAN GANGGUAN DEPRESI DAN HALUSINASI

Etika Rahmawati¹, Devina Eka², Yayuk Puji Lestari³, Gelin Perista⁴, Dyah Ayu^{5*}, Rangga Wahyu⁶

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Ponorogo

E-mail Korespondensi: dyahayu7262@gmail.com

Sejarah Artikel

Diterima : Agustus 2025 Disetujui : September 2025 Dipublikasikan: Oktober 2025

Abstract

Background: Schizophrenia is a complex and chronic mental disorder, characterized by serious disturbances in thinking, emotions and behavior. Yoga can provide a variety of therapeutic benefits for patients with mental health disorders, including schizophrenia. Aim: To conduct a literature review related to Yoga Therapy in Schizophrenia Patients with Depressive Disorders and Hallucinations. Research Method: The literature review method was used by researchers using a narrative literature design. The articles used must pass screening through the abstract checklist and PRISMA checklist. Research Results: From the 7 journals analyzed, several results were found that yoga can be an effective intervention in reducing schizophrenia symptoms which include positive and negative symptoms, improving the general well-being of patients, reducing depression and improving cognitive and social function in schizophrenia patients. Conclusion: Yoga not only reduces the positive and negative symptoms of schizophrenia, such as hallucinations and delusions, but also improves emotional well-being and reduces depression in schizophrenia patients. Additionally, yoga has been shown to improve cognitive and social functions, such as emotion recognition ability and social skills.

Keywords: Depressive Disorders, Hallucinations, Schizophrenia, Yoga

Abstrak

Latar Belakang: Skizofrenia adalah gangguan mental yang kompleks dan kronis, yang ditandai oleh gangguan serius dalam pemikiran, emosi, dan perilaku. Yoga dapat memberikan berbagai manfaat terapeutik bagi pasien dengan gangguan kesehatan mental, termasuk skizofrenia. Tujuan Penulisan: Melakukan tinjauan literature terkait Terapi Yoga Pada Pasien Skizofrenia dengan Gangguan Depresi dan Halusinasi. Metode Penelitian: Metode literature review digunakan oleh peneliti dengan menggunakan desain *narrative literature*. Artikel yang digunakan harus lolos dari penyaringan melalui *abstract checklist*, dan PRISMA checklist. Hasil Penelitian: Dari 7 jurnal yang dilakukan analisis, ditemukan beberapa hasil bahwa yoga dapat menjadi intervensi yang efektif dalam mengurangi gejala skizofrenia yang meliputi gejala positif maupun negatif, meningkatkan kesejahteraan umum pasien, mengurangi depresi dan meningkatkan fungsi kognitif dan sosial pada pasien skizofrenia. Kesimpulan: Yoga tidak hanya mengurangi gejala positif dan negatif skizofrenia, seperti halusinasi dan delusi, tetapi juga meningkatkan kesejahteraan emosional dan mengurangi depresi pada pasien skizofrenia. Selain itu, yoga telah terbukti meningkatkan fungsi kognitif dan sosial, seperti kemampuan pengenalan emosi dan keterampilan sosial.

Kata kunci : Gangguan Depresi, Halusinasi, Skizofrenia, Yoga

How to Cite: Rahmawati, Etika dkk. (2025). *Literature Review : Terapi Yoga Pada Pasien Skizofrenia Dengan Gangguan Depresi Dan Halusinasi*. Artikel Ilmiah Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Ponorogo, Vol. 9 (No.2)

© 2025 Universitas Muhammadiyah Ponorogo. All rights reserved

Alternatif Email: dyahayu7262@gmail.com

ISSN 2598-1188 (Print)
ISSN 2598-1196 (Online)

PENDAHULUAN

Skizofrenia adalah gangguan mental yang kompleks dan kronis, yang ditandai oleh gangguan serius dalam pemikiran, emosi, dan perilaku. Gejala utama skizofrenia meliputi delusi, halusinasi, pikiran kacau, serta gangguan fungsi kognitif. Selain itu, banyak pasien skizofrenia juga mengalami gangguan depresi yang signifikan, yang dapat memperburuk kondisi keseluruhan dan membuat proses pemulihan menjadi lebih sulit. Dalam konteks ini, muncul minat yang meningkat pada terapi komplementer seperti yoga, yang dapat memberikan pendekatan holistik dalam penanganan skizofrenia dan gejala yang menyertainya.

Yoga adalah praktik kuno yang menggabungkan latihan fisik, meditasi, dan teknik pernapasan untuk meningkatkan kesejahteraan fisik dan mental. Penelitian telah menunjukkan bahwa yoga dapat memberikan berbagai manfaat terapeutik bagi pasien dengan gangguan kesehatan mental, termasuk skizofrenia. Dalam tinjauan sistematis oleh Adams dan Townsend (2018), ditemukan bahwa yoga memiliki efek positif dalam mengurangi gejala skizofrenia dan meningkatkan kualitas hidup pasien. Studi ini menyoroti bahwa pasien yang berpartisipasi dalam program yoga menunjukkan penurunan yang signifikan dalam gejala psikotik dan

peningkatan dalam fungsi sosial dan emosional mereka .

Salah satu manfaat utama yoga bagi pasien skizofrenia adalah kemampuannya untuk mengurangi gejala depresi. Penelitian menunjukkan bahwa yoga dapat menurunkan tingkat depresi melalui mekanisme yang melibatkan pengurangan stres dan peningkatan kesejahteraan emosional. Sebuah studi yang dilakukan oleh Grover dan Sinha (2020) menemukan bahwa pasien skizofrenia yang mengikuti sesi yoga secara rutin melaporkan penurunan yang signifikan dalam skor depresi mereka, dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak mengikuti yoga . Selain itu, yoga juga diketahui dapat meningkatkan kualitas tidur dan mengurangi kecemasan, dua faktor yang sering kali memperburuk depresi pada pasien skizofrenia.

Yoga juga memberikan manfaat khusus dalam mengurangi halusinasi pada pasien skizofrenia. Halusinasi, baik dalam bentuk suara, penglihatan, maupun sensasi lainnya, adalah gejala umum dan mengganggu dari skizofrenia. Teknik meditasi dan pernapasan dalam yoga dapat membantu pasien untuk mengembangkan kemampuan untuk fokus dan menenangkan pikiran, yang pada gilirannya dapat mengurangi intensitas dan frekuensi halusinasi. Penelitian oleh Vancampfort et al. (2016) menunjukkan bahwa terapi yoga

dapat secara signifikan mengurangi halusinasi suara pada pasien skizofrenia, membantu mereka untuk lebih mampu mengendalikan respons mereka terhadap gejala ini .

Meskipun manfaat yoga menjanjikan, ada beberapa hambatan dalam implementasinya sebagai terapi komplementer untuk skizofrenia. Salah satu hambatan utama adalah kurangnya instruktur yoga yang terlatih untuk bekerja dengan populasi pasien ini. Instruktur perlu memahami kebutuhan khusus dan batasan fisik serta mental pasien skizofrenia. Selain itu, ada tantangan dalam hal penerimaan pasien terhadap yoga sebagai bagian dari rencana pengobatan mereka. Beberapa pasien mungkin skeptis atau tidak nyaman dengan konsep yoga, terutama jika mereka tidak terbiasa dengan praktik ini. Studi oleh Cramer et al. (2017) mencatat bahwa dukungan yang berkelanjutan dan pengenalan yang tepat tentang manfaat yoga kepada pasien dapat membantu mengatasi hambatan ini dan meningkatkan partisipasi pasien dalam program yoga .

Terlepas dari tantangan-tantangan ini, bukti yang ada menunjukkan bahwa yoga dapat menjadi bagian penting dari strategi pengobatan holistik untuk skizofrenia. Dengan pendekatan yang tepat, yoga dapat membantu mengelola gejala psikotik, mengurangi depresi, dan mengurangi halusinasi, sehingga meningkatkan kualitas

hidup pasien secara keseluruhan. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengidentifikasi cara-cara terbaik dalam mengintegrasikan yoga ke dalam rencana pengobatan skizofrenia, serta untuk mengeksplorasi manfaat jangka panjang dari terapi ini.

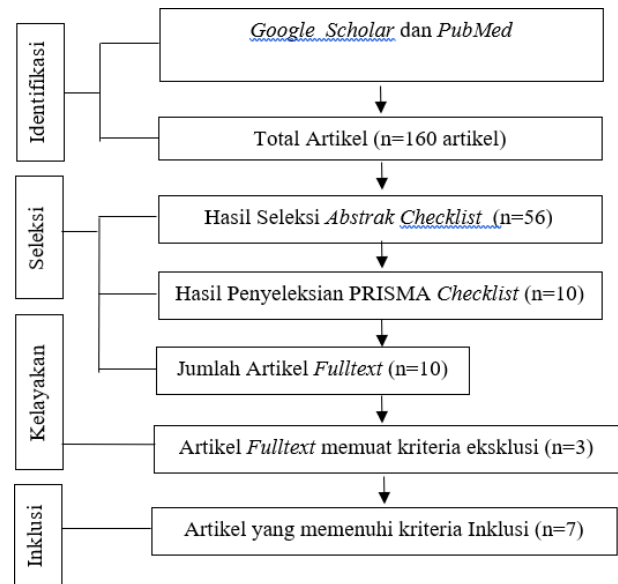
Secara keseluruhan, literatur menunjukkan bahwa yoga memiliki potensi besar sebagai terapi tambahan yang efektif untuk pasien skizofrenia dengan gangguan depresi dan halusinasi. Dengan penelitian yang terus berlanjut dan peningkatan kesadaran tentang manfaat yoga, diharapkan lebih banyak pasien skizofrenia dapat memanfaatkan terapi ini untuk mencapai hasil pengobatan yang lebih baik dan peningkatan kualitas hidup .

METODE PENELITIAN

Pada artikel ini, metode literature review digunakan oleh peneliti dengan menggunakan desain *narrative literature*. Artikel yang digunakan harus lolos dari penyaringan melalui *abstract checklist*, dan PRISMA *checklist*. Adapun fokus yang digunakan dalam artikel ini adalah Terapi Yoga Pada Pasien Skizofrenia dengan Gangguan Depresi dan Halusinasi. Basis data ilmiah yang digunakan dalam artikel ini adalah *Google Scholar*, *Pubmed Journals*. Penelusuran dilakukan menggunakan kata kunci atau keyword seperti

Depressive Disorders; Hallucinations; Schizophrenia; Yoga.

Peneliti menetapkan beberapa kriteria inklusi artikel seperti batas waktu penerbitan jurnal 10 tahun terakhir (2014-2024), jurnal bisa diakses secara lengkap (full teks), dan menggunakan Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris. Setelah dilakukan penelusuran data, terdapat sebanyak 160 artikel menurut kata kunci atau *keyword*. Setelah terkumpul, kemudia dilakukan uji seleksi dengan screening abstrak dan isi serta uji kelayakan. Hasil akhirnya terdapat 7 artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi yang telah ditetapkan. Selain itu, peneliti juga menetapkan beberapa kriteria eksklusi seperti artikel penelitian dengan fokus pokok intervensi dari gangguan depresi dan halusinasi pada pasien skizofrenia selain dari yoga, dan artikel yang menggunakan desain *systematic literature review*/ bukan merupakan artikel penelitian murni secara langsung.



HASIL

Dari 7 jurnal yang dilakukan analisis, ditemukan beberapa hasil penting. Yoga dapat menjadi intervensi yang efektif dalam mengelola gejala skizofrenia, terutama dalam mengurangi gejala positif dan negatif, serta meningkatkan fungsi kognitif dan sosial. Duraiswamy et al. (2017) menemukan bahwa terapi yoga sebagai tambahan dalam pengelolaan skizofrenia menghasilkan penurunan signifikan dalam gejala klinis dibandingkan dengan perawatan konvensional. Visceglia & Lewis (2016) mendukung temuan ini dengan menyatakan bahwa yoga dapat mengurangi gejala psikosis dan meningkatkan kesejahteraan umum pasien.

Penelitian oleh Vancampfort et al. (2014) menunjukkan bahwa yoga dapat menurunkan kecemasan dan stres psikologis, yang berkorelasi dengan perbaikan dalam gejala positif seperti halusinasi dan delusi.

Penelitian lain oleh Vancampfort et al. (2014) menemukan bahwa yoga memiliki efek yang lebih konsisten dan jangka panjang dalam mengurangi gejala depresi dibandingkan dengan teknik relaksasi lainnya seperti relaksasi otot progresif. Behere et al. (2018) menunjukkan bahwa yoga dapat meningkatkan kemampuan pengenalan emosi dan fungsi sosial pada pasien skizofrenia, yang penting untuk interaksi sosial yang sehat.

Gangadhar et al. (2015) dan Jones et al. (2014) menemukan bahwa yoga tidak hanya membantu mengurangi gejala depresi, tetapi juga meningkatkan kesejahteraan emosional dan kualitas hidup pasien secara keseluruhan. Mereka mencatat bahwa yoga memberikan manfaat holistik yang mencakup perbaikan gejala psikologis dan sosial. Selain itu, penelitian menunjukkan bahwa yoga membantu pasien mengembangkan strategi koping yang lebih baik, meningkatkan keterampilan sosial, dan memungkinkan partisipasi yang lebih aktif dalam kehidupan sehari-hari.

Secara keseluruhan, temuan-temuan ini menegaskan bahwa yoga dapat berfungsi sebagai intervensi yang efektif dan holistik untuk pasien skizofrenia, membantu mengurangi gejala klinis, meningkatkan fungsi kognitif dan sosial, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis dan kualitas hidup mereka.

Integrasi yoga dalam program perawatan komprehensif untuk pasien skizofrenia dapat memberikan pendekatan yang lebih menyeluruh dan efektif dalam menangani gangguan ini.

PEMBAHASAN

1. Efektivitas Yoga dalam Mengurangi Gejala Skizofrenia.

Penelitian telah menunjukkan bahwa yoga memiliki potensi sebagai terapi tambahan yang efektif dalam mengurangi gejala skizofrenia. Duraiswamy et al. (2017) melakukan uji klinis terkontrol acak yang menunjukkan bahwa pasien skizofrenia yang mengikuti sesi yoga secara teratur mengalami penurunan signifikan dalam gejala positif dan negatif dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya menerima perawatan konvensional. Temuan ini didukung oleh Visceglia & Lewis (2016) yang dalam studi pilot mereka menemukan bahwa yoga sebagai terapi tambahan dapat mengurangi gejala psikosis dan meningkatkan kesejahteraan umum pasien skizofrenia.

Selain itu, Vancampfort et al. (2014) mengidentifikasi bahwa latihan yoga dapat menurunkan kecemasan dan stres psikologis pada pasien skizofrenia, yang sering kali berkorelasi dengan perbaikan dalam gejala positif seperti halusinasi dan delusi. Studi ini lebih lanjut menegaskan bahwa yoga tidak hanya bermanfaat dalam aspek fisik tetapi juga berperan dalam stabilisasi

mental dan emosional pasien. Pada penelitian lain, Vancampfort et al. (2014) membandingkan yoga dengan relaksasi otot progresif dan menemukan bahwa kedua metode tersebut efektif dalam mengurangi gejala skizofrenia, namun yoga menunjukkan hasil yang lebih konsisten dalam jangka panjang.

Penelitian oleh Behere et al. (2018) juga menyoroti bahwa yoga dapat meningkatkan kemampuan pengenalan emosi pada pasien skizofrenia, yang berhubungan erat dengan perbaikan dalam gejala sosial dan kognitif. Hal ini penting karena pasien skizofrenia sering mengalami kesulitan dalam pengenalan emosi dan interaksi sosial. Gangadhar et al. (2015) juga mendukung temuan ini dengan menyatakan bahwa yoga sebagai terapi tambahan dapat memberikan manfaat holistik yang mencakup perbaikan gejala psikologis dan sosial.

2. Yoga sebagai Intervensi untuk Depresi pada Pasien Skizofrenia.

Yoga telah terbukti sebagai intervensi yang efektif untuk mengurangi depresi pada pasien skizofrenia. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Gangadhar et al. (2015), yoga sebagai terapi tambahan dapat memberikan manfaat yang signifikan dalam mengurangi gejala depresi dan meningkatkan kesejahteraan emosional pada pasien skizofrenia. Temuan ini konsisten dengan penelitian yang dilakukan

oleh Jones et al. (2014), yang menunjukkan bahwa yoga dapat membantu pasien skizofrenia dalam mengatasi perasaan depresi dan meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

Penelitian oleh Behere et al. (2018) juga mendukung hal ini dengan menemukan bahwa yoga membantu meningkatkan kemampuan pengenalan emosi dan fungsi sosial pada pasien skizofrenia, yang sering kali terpengaruh oleh gejala depresi. Selain itu, penelitian oleh Vancampfort et al. (2014) mengidentifikasi bahwa yoga dapat mengurangi tingkat kecemasan dan stres psikologis, yang secara langsung berkontribusi pada penurunan gejala depresi pada pasien skizofrenia. Dalam penelitian mereka, Vancampfort et al. (2014) juga menemukan bahwa yoga memiliki efek yang lebih konsisten dalam jangka panjang dalam mengurangi gejala depresi dibandingkan dengan teknik relaksasi lainnya seperti relaksasi otot progresif.

Duraiswamy et al. (2017) menunjukkan dalam uji klinis terkontrol acak bahwa pasien skizofrenia yang mengikuti sesi yoga secara teratur menunjukkan penurunan signifikan dalam gejala depresi dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya menerima perawatan konvensional. Temuan ini menunjukkan bahwa yoga tidak hanya bermanfaat sebagai terapi tambahan tetapi juga memiliki efek terapeutik yang kuat dalam menangani

depresi pada pasien skizofrenia. Visceglia & Lewis (2016) dalam studi pilot mereka menemukan bahwa yoga sebagai terapi tambahan dapat meningkatkan kesejahteraan umum pasien, termasuk mengurangi gejala depresi dan meningkatkan kualitas hidup.

3. Pengaruh Yoga terhadap Fungsi Kognitif dan Sosial Pasien Skizofrenia.

Penelitian menunjukkan bahwa yoga dapat memiliki dampak positif yang signifikan terhadap fungsi kognitif dan sosial pada pasien skizofrenia. Behere et al. (2018) menemukan bahwa yoga membantu meningkatkan kemampuan pengenalan emosi pada pasien skizofrenia, yang merupakan komponen penting dalam interaksi sosial yang sehat. Peningkatan ini berkontribusi pada perbaikan fungsi sosial pasien, yang sering kali mengalami kesulitan dalam berinteraksi dan berkomunikasi secara efektif.

Studi oleh Duraiswamy et al. (2017) juga menunjukkan bahwa pasien skizofrenia yang berpartisipasi dalam terapi yoga mengalami peningkatan dalam berbagai aspek kognitif, termasuk perhatian dan memori. Temuan ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Vancampfort et al. (2014), yang menunjukkan bahwa yoga dapat membantu mengurangi kecemasan dan stres, yang pada gilirannya dapat meningkatkan fungsi kognitif dan sosial pasien. Pengurangan

stres ini memungkinkan pasien untuk lebih fokus dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan sosial.

Gangadhar et al. (2015) dalam studi mereka menyoroti bahwa yoga dapat memberikan manfaat holistik, yang tidak hanya mencakup perbaikan gejala psikologis tetapi juga peningkatan kemampuan sosial dan kualitas hidup secara keseluruhan. Studi oleh Vancampfort et al. (2014) mendukung temuan ini dengan menunjukkan bahwa yoga memiliki efek jangka panjang yang positif terhadap fungsi kognitif dan sosial, berbeda dengan teknik relaksasi lainnya yang mungkin hanya memberikan manfaat sementara.

Selain itu, penelitian oleh Visceglia & Lewis (2016) menemukan bahwa yoga sebagai terapi tambahan dapat meningkatkan kesejahteraan umum pasien, termasuk fungsi kognitif dan sosial. Mereka mencatat bahwa pasien yang berpartisipasi dalam sesi yoga menunjukkan peningkatan signifikan dalam keterampilan sosial dan kemampuan berfungsi dalam lingkungan sosial. Jones et al. (2014) juga menambahkan bahwa yoga dapat membantu pasien skizofrenia untuk mengembangkan strategi koping yang lebih baik, yang mendukung perbaikan fungsi sosial dan kognitif.

4. Aspek Perawatan Lain Pada Pasien Skizofrenia.

Penelitian mengenai pendekatan

holistik dalam perawatan skizofrenia menunjukkan berbagai metode efektif untuk meningkatkan kualitas hidup pasien dan keluarganya. Terapi okupasi telah terbukti meningkatkan kesehatan mental pasien skizofrenia dengan meningkatkan kemampuan fungsional dan mengurangi gejala, sebagaimana dijelaskan oleh Mashudi, Nasriati, dan Octaviani (2020). Buku ajar oleh Mashudi (2021) menyediakan panduan komprehensif tentang asuhan keperawatan untuk skizofrenia, menekankan pentingnya strategi intervensi yang tepat. Strategi koping keluarga yang efektif, seperti yang ditemukan oleh Mashudi dan Yusuf (2021), dapat meningkatkan kesehatan anggota keluarga yang hidup dengan skizofrenia melalui dukungan sosial dan keterlibatan aktif dalam perawatan. Penelitian oleh Mashudi et al. (2022) menyoroti pentingnya keseimbangan okupasional dalam meningkatkan kesejahteraan emosional dan kualitas hidup keluarga dengan gangguan kesehatan mental. Terakhir, penelitian Mashudi, Yusuf, dan Triyoga (2019) menunjukkan bahwa peningkatan layanan kesehatan dan dukungan profesional dapat memperkuat mekanisme koping keluarga pasien skizofrenia, yang sangat penting untuk menghadapi tantangan dalam perawatan jangka panjang. Semua penelitian ini menekankan pentingnya pendekatan holistik dan dukungan

berkelanjutan dalam meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup pasien skizofrenia serta keluarga mereka.

KESIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa yoga adalah intervensi yang efektif dan holistik. Penelitian menunjukkan bahwa yoga tidak hanya mengurangi gejala positif dan negatif skizofrenia, seperti halusinasi dan delusi, tetapi juga meningkatkan kesejahteraan emosional dan mengurangi depresi pada pasien skizofrenia. Selain itu, yoga telah terbukti meningkatkan fungsi kognitif dan sosial, seperti kemampuan pengenalan emosi dan keterampilan sosial. Integrasi yoga dalam program perawatan komprehensif bagi pasien skizofrenia dapat memberikan manfaat signifikan dalam meningkatkan kualitas hidup dan fungsi sehari-hari mereka.

SARAN

1. Institusi kesehatan mental dan rumah sakit harus mempertimbangkan untuk memasukkan yoga sebagai bagian dari program perawatan komprehensif bagi pasien skizofrenia. Program ini dapat dirancang dengan melibatkan instruktur yoga yang berpengalaman dalam menangani pasien dengan gangguan mental.
2. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi mekanisme di balik manfaat yoga bagi pasien skizofrenia. Studi longitudinal yang

melibatkan sampel yang lebih besar dan metode yang lebih ketat dapat memberikan bukti lebih kuat tentang efektivitas yoga.

3. Edukasi tentang manfaat yoga harus diberikan kepada pasien, keluarga, dan penyedia layanan kesehatan. Kesadaran yang lebih besar tentang potensi yoga dalam pengelolaan skizofrenia dapat meningkatkan penerimaan dan partisipasi dalam program yoga.
4. Diperlukan kerjasama antara psikiater, psikolog, pekerja sosial, dan instruktur yoga untuk merancang dan mengimplementasikan program yoga yang komprehensif. Pendekatan multidisipliner ini memastikan bahwa semua aspek kesehatan pasien diperhatikan secara holistik.

DAFTAR PUSTAKA

- Adams, E., & Townsend, J. (2018). A systematic review of yoga and schizophrenia spectrum disorders: Implications for recreational therapy. *American Journal of Recreation Therapy*, 17(2), 37-47. Retrieved from Temple University Recreational Therapy Program
- Behere, R. V., Arasappa, R., Jagannathan, A., Varambally, S., Venkatasubramanian, G., Thirthalli, J., & Gangadhar, B. N. (2018). Effect of yoga therapy on facial emotion recognition deficits, symptoms and functioning in patients with schizophrenia. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 123(2), 147-153.
- Cramer, H., Lauche, R., Langhorst, J., & Dobos, G. (2017). Yoga for schizophrenia: A systematic review and meta-analysis. *BMC Psychiatry*, 17(1), 327.
- Duraiswamy, G., Thirthalli, J., Nagendra, H. R., & Gangadhar, B. N. (2017). Yoga therapy as an add-on treatment in the management of patients with schizophrenia—a randomized controlled trial. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 116(3), 226-232.
- Gangadhar, B. N., Varambally, S., & Thirthalli, J. (2015). Yoga as therapy in psychiatric disorders: Past, present, and future. *BioPsychoSocial Medicine*, 6(1), 1-10.
- Grover, S., & Sinha, B. (2020). Effect of adjunct yoga therapy in depressive disorders: Findings from a randomized controlled study. *Journal of Affective Disorders*, 277, 149-158.
- Jones, K. A., Thirthalli, J., & Chaturvedi, S. K. (2014). Yoga in the treatment of schizophrenia: A systematic review. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 128(1), 3-12.

- Mashudi, S. (2021). Buku Ajar Asuhan Keperawatan Skizofrenia.
- Mashudi, S., & Yusuf, A. (2021). Family Coping Strategies to Improve the Health of Family Members Living with Schizophrenia. *Jurnal Ners*, 16(1), 67-73.
- Mashudi, S., Nasriati, R., & Octaviani, E. (2020). Terapi Okupasi Sebagai Sarana Peningkatan Kesehatan Jiwa Penderita Skizofrenia. *Jurnal Abdidas*, 1(5), 313-317. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v1i5.62>
- Mashudi, S., Sansuwito, T. B., Purwaningroom, D. L., & Pradani, F. I. (2022). Occupational balance improves subjective health and quality of life family with mental health disorders. *Journal of Intellectual Disability-Diagnosis and Treatment*, 10(5), 232-237.
- Mashudi, S., Yusuf, A., & Triyoga, R. S. (2019). Improving health services affecting coping mechanism of the family of skizofrenia patients. *International Journal of Healthcare and Medical Sciences*, 5(6), 26-29.
- Penn, D. L., & Roberts, D. L. (2021). Cognitive therapy for delusions in schizophrenia: Models, benefits, and new approaches. *Clinical Psychology Review*, 85, 101986. Retrieved from University of North Carolina
- Vancampfort, D., De Hert, M., Knapen, J., Wampers, M., Demunter, H., Deckx, S., & Probst, M. (2014). Effects of progressive muscle relaxation and yoga in people with schizophrenia: A pilot study. *Journal of Yoga & Physical Therapy*, 2(3), 1-6.
- Visceglia, E., & Lewis, S. (2016). Yoga therapy as an adjunctive treatment for schizophrenia: A randomized, controlled pilot study. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 17(7), 601-607.