

PROGRAM STUDI NERS PROGRAM PROFESI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA
2024

EFEKTIFITAS TERAPI AFIRMASI POSITIF PADA PASIEN HARGA DIRI RENDAH DI RSJD DR. ARIF ZAINUDIN SURAKARTA

Ardania¹⁾, Mira Wahyu Kusumawati²⁾, Sunu Narendra³⁾

- ¹⁾ Mahasiswa Program Studi Profesi Ners Program Profesi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta
²⁾ Dosen Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta
³⁾ Pembimbing Klinik Ruang Sena Rumah Sakit Jiwa Daerah dr. Arif Zainuddin Surakarta

Email : niap09374@gmail.com

ABSTRAK

Gangguan jiwa adalah permasalahan kesehatan yang disebabkan oleh gangguan biologis, sosial, psikologis, genetik, fisik atau kimiawi. Kurangnya dukungan menyebabkan pasien merasa tidak berguna, tidak berharga, rendah diri, tidak berdaya dan menilai negatif terhadap kondisi kesehatannya sehingga diperlukan intervensi keperawatan untuk mengurangi tanda dan gejala yang terdapat pada pasien harga diri rendah. Terapi afirmasi positif merupakan terapi non-farmakologi dengan mengatakan sesuatu pada diri sendiri berulang kali yang dapat disuarakan secara lantang maupun dalam hati yang digunakan untuk melawan pikiran negative. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui penatalaksanaan keperawatan Terapi Afirmasi positif pada pasien Harga Diri Rendah Di RSJD Dr. Arif Zainuddin Surakarta. Penelitian ini menggunakan desain karya tulis ilmiah dengan studi kasus. Subjek studi kasus ini satu pasien dengan masalah harga diri rendah. Pengukuran menggunakan SOP terapi afirmasi positif dan kuesioner RSES. Hasil dari studi kasus ini sampai di hari ketiga terjadi peningkatan dengan skor *pre test* 10 pada hari pertama menjadi 22 untuk hasil *post test* pada hari ketiga. Dapat disimpulkan bahwa terapi afirmasi positif cukup efektif diberikan pada pasien dengan masalah harga diri rendah.

Kata Kunci : Harga diri rendah, Skizofrenia, Terapi afirmasi positif.

PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa yaitu keadaan seorang dimana individu sehat dan merasa bahagia, menghadapi tantangan dalam hidupnya dengan baik, dapat menerima orang lain serta mempunyai sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain (Pardede, 2020). Gangguan jiwa adalah permasalahan kesehatan yang disebabkan oleh gangguan biologis, sosial, psikologis, genetik, fisik atau kimiawi dengan jumlah penderita yang terus meningkat setiap tahunnya (Fahrezi, 2023).

Fenomena yang ditemukan banyak pasien yang mempunyai perasaan negatif terhadap diri sendiri, hilangnya kepercayaan diri, gagal mencapai tujuan yang diinginkan, sehingga menyebabkan pasien merasa kehilangan peran dalam keluarga dan menjadi beban bagi keluarga maupun lingkungan sosialnya. Kurangnya dukungan yang diberikan keluarga maupun lingkungan sosial menyebabkan pasien merasa tidak berguna, tidak berharga, rendah diri, tidak berdaya dan menilai negatif terhadap kondisi kesehatannya. Karena itu diperlukannya intervensi keperawatan untuk mengurangi tanda dan gejala yang terdapat pada pasien harga diri rendah kronis (Agustin, S. 2017).

Menurut data World Health Organization tahun 2020 pengidap skizofrenia sebanyak 24 juta orang di seluruh sendiri. Skizofrenia ditandai dengan gangguan signifikan dalam persepsi dan perubahan perilaku, gejalanya termasuk perilaku kekerasan (WHO 2020). Data Prevalensi gangguan mental emosional di Indonesia ditunjukkan dengan gejala depresi pada rentan usia 15 tahun ke atas sekitar 6,1 % dari jumlah penduduk Indonesia. Prevalensi gangguan jiwa berat seperti skizofrenia mencapai 450.000 orang atau sebanyak 7 per 1000 penduduk (Kemenkes RI, 2018). Penderita gangguan jiwa di Propinsi Jawa Tengah

dari tahun ke tahun terus meningkat. Propinsi Jawa Tengah dari 33 propinsi di Indonesia menempati peringkat kelima terbanyak dengan hasil 9% dari jumlah penderita gangguan jiwa di Indonesia (Wijaya & Rahayu, 2019). Laporan daerah Propinsi Jawa Tengah pada bulan Mei tahun 2020 di 35 daerah terdapat 25% satu di antara empat orang mengalami gangguan jiwa ringan. Gangguan jiwa berat kurang lebih 12 ribu orang atau rata-rata 1,7 per /mil. (Wayan Darsana & Luh Putu Suariyani, 2020).

Skizofrenia adalah gangguan mental yang dapat memengaruhi perilaku, emosi, dan komunikasi. Skizofrenia merupakan salah satu jenis psikotik yang menunjukkan gejala-gejala, salah satunya harga diri rendah (Videbeck, S. L, 2020). Gejala negatif dari Skizofrenia adalah Harga diri rendah. Harga diri rendah adalah perasaan tidak berharga, tidak penting, dan rendah diri dalam jangka panjang yang dihasilkan dari penilaian negatif terhadap diri sendiri dan kemampuan seseorang (Nurhalimah, 2016). Terapi generalis yang dapat dilakukan pada asuhan keperawatan pasien dengan harga diri rendah adalah terapi afirmasi positif, Sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Noviana et al., 2021) mengenai Pengaruh terapi afirmasi positif terhadap quality of life pasien harga diri rendah di RSJD Dr. Arif Zainudin Surakarta bahwa Terapi afirmasi positif mampu efektif meningkatkan kualitas hidup pasien skizofrenia dengan harga diri rendah, artinya dengan melatih afirmasi positif juga dapat mencegah terjadinya keparahan pada pasien. Terapi afirmasi positif dapat dimasukkan dalam asuhan keperawatan untuk pasien harga diri rendah agar memiliki kualitas hidup yang lebih baik (Noviyana et al., 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 22 Mei 2024 mendapatkan data bahwa

pasien dengan Harga diri rendah. Saat dilakukan pengkajian kepada 1 pasien tersebut mengatakan dibawa ke RSJD dr. Arif Zainuddin Surakarta karena menganggap dirinya tidak berarti. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk “Menerapkan Terapi Afimasi Positif pada Pasien Harga Diri Rendah Di RSJD Dr. Arif Zainuddin Surakarta”.

METODE STUDI KASUS

Desain penelitian yang digunakan dalam karya ilmiah akhir ini adalah studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan. Subjek pada studi kasus ini satu pasien dengan masalah harga diri rendah. Pengambilan kasus dilaksanakan pada tanggal 3-5 Juni 2024 di ruang Sena RSJD dr. Arif Zainuddin. Adapun kriteria inklusi yang digunakan pada studi kasus ini adalah pasien yang bersedia menjadi responden, pasien dengan masalah keperawatan harga diri rendah, pasien yang kooperatif. Sedangkan kriteria eksklusi yang ditetapkan yakni pasien yang tidak kooperatif dan pasien yang tidak bersedia menjadi responden. Instrument yang digunakan adalah SOP terapi afirmasi positif dan kuesioner *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES). Pelaksanaan terapi dilakukan selama 3 hari dengan surasi 10 menit setiap kali pelaksanaan dengan pengambilan hasil pre intervensi dan post intervensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengkajian yang telah dilakukan pada tanggal 22 Mei 2024 didapatkan Pasien bernama Tn. F berusia 48 tahun, berjenis kelamin laki laki. Pasien dirawat di ruang Sena sejak tanggal 19 Mei 2024, Riwayat pasien sebelum masuk RS, pasien mondar-mandir, tidak bisa tidur dan sering marah kepada istrinya. Saat dilakukan pengkajian pasien mengatakan sering berantem dengan istrinya dan merasa

dirinya tidak dianggap, tidak diistimewakan oleh istrinya dan merasa menjadi beban oleh istrinya karena tidak bekerja dan terjadi selama bertahun-tahun dan beberapa hari yang lalu pasien dicerai oleh istrinya. Pasien juga mengatakan tidak berguna bagi keluarganya. Pasien tampak bingung, cemas, dan pasrah setelah pengkajian pasien tampak merenung, pasien tidak mau mengawali pembicaraan. pasien tampak mondar mandir, penampilan pasien tampak rapi dan bersih, gigi pasien tampak sedikit kotor karena jarang gosok gigi.

Hasil pengkajian fisik dengan tanda-tanda vital nadi 84x/menit Tekanan darah 110/70 mmHg, RR 20x/menit dan suhu 36,1°C dengan tinggi badan 170 cm, dan berat badan 60kg dan pasien mengatakan tidak memiliki keluhan fisik. Pada data anamnesis pasien tinggal serumah dengan istri dan anak-anaknya. Berdasarkan hasil pengkajian tersebut didapatkan diagnose keperawatan berdasarkan SDKI (2017) yaitu harga diri rendah (D.0086).

Intervensi yang diterapkan untuk mengatasi masalah tersebut adalah memberikan terapi afirmasi pada pasien dengan masalah keperawatan harga diri rendah. Terapi afirmasi positif merupakan Suatu Teknik Dimana individu mengatakan sesuatu pada diri sendiri berulang kali yang dapat disuarakan secara lantang maupun dalam hati (Zebua et al., 2022). Afirmasi positif adalah pernyataan positif yang digunakan untuk melawan pikiran negatif. Mempraktikkan afirmasi positif sangat mudah dan sederhana, yang perlu dilakukan hanyalah memilih sebuah pernyataan positif dan mengucapkannya kepada diri sendiri secara berulang kali. Kita dapat memilih untuk menggunakan afirmasi positif untuk memotivasi diri sendiri, mendorong perubahan positif dalam hidup, serta meningkatkan harga diri (Moore, 2019).

Implementasi dilakukan pada tanggal 3-5 Juni 2024 di ruang Sena RSJD dr. Arif Zainuddin selama 3 hari. Dalam satu hari terapi diberikan satu kali selama 10 menit. Sehingga didapatkan hasil pengukuran menggunakan skala RSES selama 3 hari yakni, pada hari pertama didapatkan skor sebelum intervensi yakni 10 dan setelah intervensi 13, hari kedua didapatkan skor baik sebelum dan sesudah intervensi adalah 13 atau tidak mengalami perubahan, pada hari ketiga didapatkan skor sebelum intervensi adalah 13 dan sesudah intervensi 22. Data subyektif didapatkan bahwa, Pasien mengatakan sudah merasa lebih baik, lebih percaya diri dan perasaan membebani sedikit berkurang dengan terapi afirmasi positif sedangkan untuk data obyektif, pasien tampak tenang, pasien tampak kooperatif, pasien tampak percaya diri. Berdasarkan hasil studi kasus yang di lakukan di RSJD Surakarta diketahui bahwa setelah dilakukan tindakan implementasi terapi afirmasi positif terdapat perubahan, pasien dapat mengontrol pikiran negative mengenai persepsi dirinya sendiri dengan implementasi afirmasi positif yang diberikan selama 3 hari 1 kali dalam waktu 10 menit, dibuktikan dengan pada saat hari pertama penerapan didapatkan skor awal 10 dan meningkat menjadi 22 pada hari terakhir.

Hal ini sejalan dengan penelitian Eni (2020) yang menunjukkan bahwa terdapat peningkatan skor harga diri dalam kategori rendah menjadi kategori normal. Peneliti perlu mengidentifikasi aspek dan kemampuan positif sesuai dengan yang dimiliki klien. Peneliti membantu klien untuk memberikan penguatan dalam diri dan menghilangkan pikiran-pikiran negatif melalui ungkapan positif agar klien tidak merasa rendah diri.

Dalam penelitian (Laras et al., 2023) Hasil penelitian yang didapatkan Rendahnya kualitas hidup pasien dengan

harga diri rendah memerlukan tindakan yang efektif, seperti terapi afirmasi positif, karena terapi afirmasi positif merupakan terapi pemikiran yang memasukkan nilai-nilai positif ke dalam kesadaran pasien. Selain itu, terapi afirmasi positif dapat meningkatkan rasa percaya diri pasien. Dalam penelitian (Noviyana et al., 2018) Hasil penelitian Terapi afirmasi positif mampu efektif meningkatkan kualitas hidup pasien skizofrenia dengan harga diri rendah, artinya dengan melatih afirmasi positif juga dapat mencegah terjadinya keparahan pada pasien. Sehingga terapi afirmasi positif dapat dimasukkan dalam asuhan keperawatan untuk pasien harga diri rendah agar memiliki kualitas hidup yang lebih baik. Dalam penelitian (Yuli, 2021) Hasil penelitian Terapi Afirmasi positif secara efektif dapat meningkatkan kualitas hidup penderita skizofrenia dengan harga diri rendah, yang berarti bahwa mempraktikkan afirmasi positif juga dapat mencegah penderitaan pasien.

KESIMPULAN

Gangguan jiwa merupakan fenomena yang jumlah penderitanya terus meningkat setiap tahunnya. Hal tersebut disebabkan oleh perasaan negatif terhadap diri sendiri, hilangnya kepercayaan diri, gagal mencapai tujuan yang diinginkan, sehingga merasa tidak berguna, tidak berharga, rendah diri, dan menjadi beban bagi keluarga maupun lingkungan sosialnya. Dalam studi kasus ini menunjukkan bahwa pasien merasa tidak dianggap istrinya, tidak diistimewakan oleh istrinya dan merasa menjadi beban oleh istrinya karena tidak bekerja dan terjadi selama bertahun-tahun dan beberapa hari yang lalu pasien dicerai oleh istrinya. Pasien juga mengatakan tidak berguna bagi keluarganya. Didukung hasil dengan hasil skor RSES 10, pasien tampak cemas, bingung dan pasrah. Ditegaskan

diagnosis yang tepat adalah harga diri rendah (D.0086).

Intervensi yang ditegakkan untuk mengatasi permasalahan diatas adalah terapi afirmasi positif . implementasi dilakukan selama 3 hari dalam satu hari diberikan satu kali intervensi dengan durasi 10 mneit. Dilakukan pengukuran menggunakan skala RSES pre dan post intervensi. Hal tersebut menunjukkan hasil peningkatan skor pada hari ketiga mnejadi 22. Dengan demikian terapi afirmasi positif cukup efektif diberikan kepada pasien dengan harga diri rendah.

SARAN

1. Bagi Perawat

Diharapkan perawat dapat memberikan asuhan keperawatan pada pasien secara efisien dengan melakukan tindakan keperawatan non farmakologi. Dapat ditambahkan terapi afirmasi positif pada pasien dengan harga diri rendah.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan mampu meningkatkan mutu dalam pendidikan yang berkualitas dan juga professional yang dapat menciptakan perawat yang cerdas, inovatif, kreatif dan juga professional

3. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan dapat menjadi masukan untuk meningkatkan kualitas asuhan keperawatan kepada pasien harga diri rendah dengan terapi afirmasi positif dan dapat meningkatkan komunikasi terapeutik pada pasien harga diri rendah

4. Bagi Pasien

Diharapkan dapat mengontrol harga diri rendah dengan menerapkan terapi afirmasi positif dan meningkatkan pengetahuan tentang rharga diri rendah sehingga dapat diterapkan dalam aktivitas sehari-hari.

5. Bagi Keperawatan Jiwa

Dengan adanya hasil karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat

mengembangkan ilmu keperawatan tentang penerapan asuhan keperawatan pada pasien dengan harga diri rendah.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, I. M., & Handayani, S. (2017). Case report: Afirmasi positif pada harga diri rendah situasional pasien fraktur femur. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 13(2).
- Ardika, N. A., Mubin, M. F., Rejeki, S., Pohan, V. Y., & Samiasih, A. (2021, December). Pengaruh Terapi Afirmasi Positif Terhadap Quality Of Life Pasien Harga Diri Rendah Pada Skizofrenia Di Rsjd Dr. Arif Zainudin Surakarta. In *Prosiding Seminar Nasional Unimus* (Vol. 4).
- Eni. (2020). Asuhan Keperawatan Pada Klien Skizofrenia Dengan Fokus Studi Harga Diri Rendah Di Rsj. Prof. dr. Soerojo Magelang. *Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar* Vol. 11 No. 2.
- Fahrezi, M. R., Rasmun, R., & Badar, B. (2023). Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Dengan Gangguan Konsep Diri Harga Diri Rendah Di Rumah Sakit Jiwa Daerah Atma Husada Mahakam Samarinda.
- Kemenkes RI. (2018). Rencana Aksi Kegiatan 2020-2024 Direktorat P2 Masalah Kesehatan Jiwa dan NAPZA. Jakarta: Kementarian Kesehatan Republik Indonesia.
- Laras. A.S., Firmawati, F., & Pakaya, A. W. (2023). Pengaruh Terapi Afirmasi Positif Terhadap Quality Of Life (Kualitas Hidup) Pasien Harga Diri Rendah Di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto. *Termometer: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan dan Kedokteran*, 1(1), 193-207.
- Moore, C. 2019. "Positive Daily Affirmations: Is There Science Behind It?"
- Pardede, J. A. (2020). Ekspresi Emosi Keluarga Yang Merawat

- Pasien Skizofrenia. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 6(2), 117-122
- Pardede, J. A., Oktavia, N. A., Kristyaningsih, T., Megasari, A. L., Kusumawaty, I. K., Laksana, K., Sulung, N., Sahara, R. M., & Others. (2022). *Keperawatan Jiwa*. Get Press
- PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik*, Edisi 1 Cetakan III (Revisi). Jakarta: PPNI
- Videbeck, S. L. (2020) *Psychiatric-Mental Health Nursing*. 8th edn, Wolters Kluwers. 8th edn. Edited by D. Murphy and L. Gray. China: Wolter Kluwer
- Wayan Darsana, I., & Luh Putu Suariyani, N. (2020). TREND KARAKTERISTIK DEMOGRAFI PASIEN SKIZOFRENIA DI RUMAH SAKIT JIWA PROVINSI BALI (2013-2018).
- WHO. (2021). WHO: 21 Juta Warga Dunia Idap Skizofrenia Di <https://www.nnindonesia.com/gaya-hidup/20181010111644-255-337224/who-23-jutawarga-dunia-idap-skizofrenia>.
- Rahayu, S., Mustikasari, M & Daulima, N.H. 2019. Perubahan tanda gejala dan kemampuan pasien harga diri rendah kronis setelah latihan terapi kognitif dan psikoedukasi keluarga. *JOURNAL EDUCATION OF NURSING (JEN)*.
- Yuli. (2021). *Keperawatan Jiwa*. Bandung : PT Refika Aditama
- Zebua, I. J. (2022). *Manajemen Asuhan Keperawatan Jiwa Dengan Masalah Halusinasi Pada Penderita Skizofrenia: Studi Kasus*