



STUDI KASUS PENERAPAN TERAPI AKTIVITAS KELOMPOK PADA PASIEN HARGA DIRI RENDAH KRONIS

Nur Aziz Rosna Arisandy, Arni Nur Rahmawati*

Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa, Jl. Raden Patah No.100, Kedunglongsir, Ledug, Kembaran, Banyumas, Jawa Tengah 53182, Indonesia

*arninr@uhb.ac.id

ABSTRAK

Gangguan jiwa adalah gejala yang mempengaruhi pikiran, perasaan, dan perilaku seseorang sehingga menyebabkan disfungsi dalam menjalankan aktifitas sehari-hari. Harga diri rendah termasuk kedalam gangguan jiwa, harga diri rendah adalah perasaan tidak berharga yang terus-menerus akibat evaluasi diri yang negatif terhadap diri sendiri atau kemampuan diri, sering kali dikaitkan dengan kurangnya perawatan diri, disertai dengan pakaian yang tidak rapi, nafsu makan menurun serta tidak berani menatap lawan bicara lebih sering bicara perlahan dengan suara lemah. Tujuan penelitian ini adalah untuk menggambarkan asuhan keperawatan pada pasien gangguan harga diri rendah kronis dengan memberikan terapi aktivitas kelompok dan terapi kemampuan positif. Metode dalam penelitian ini menggunakan studi kasus deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan. Sampel dalam penelitian ini adalah pasien skizofrenia yang mengalami harga diri rendah kronis yaitu Tn. R. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 7-9 Mei 2024 di Soerojo Hospital Magelang. Pengambilan data diperoleh dengan cara wawancara, observasi, dan studi dokumentasi menggunakan instrumen penelitian berupa format pengkajian keperawatan jiwa. Hasil dari evaluasi asuhan keperawatan yang dilakukan kepada Tn. R selama 3x24 jam didapatkan klien merasa lebih percaya diri dan klien dapat mengikuti kegiatan TAK dengan baik dan kooperatif serta klien dapat melakukan apa yang sudah diajarkan, konsentrasi pasien lebih meningkat serta kontak mata pasien sudah lebih baik. TAK dan terapi kemampuan positif dapat meningkatkan atau mengatasi harga diri rendah.

Kata kunci: gangguan jiwa; harga diri rendah; skizofrenia; terapi aktivitas kelompok

CASE STUDY OF APPLICATION OF GROUP ACTIVITY THERAPY IN PATIENTS WITH CHRONIC LOW SELF-ESTEEM

ABSTRACT

Mental disorders are symptoms that affect a person's thoughts, feelings and behavior, causing dysfunction in carrying out daily activities. Low self-esteem is a mental disorder, low self-esteem is a persistent feeling of worthlessness due to negative self-evaluation of oneself or one's abilities, often associated with a lack of self-care, accompanied by sloppy clothing, decreased appetite and don't dare to look at the person you are talking to, you often speak slowly in a weak voice. The aim of this research is to describe nursing care for patients with chronic low self-esteem disorder by providing group activity therapy and positive abilities therapy. The method in this research uses a descriptive case study with a nursing care approach. The sample in this study was schizophrenic patients who experienced chronic low self-esteem, namely Mr. R. This research was conducted on 7-9 May 2024 at Soerojo Hospital Magelang. Data collection was obtained by means of interviews, observations, and documentation studies using research instruments in the form of mental nursing assessment formats. The results of the evaluation of nursing care carried out on Mr. R for 3x24 hours, it was found that the client felt more confident and the client was able to participate in TAK activities well and cooperatively and the client was able to do what had been taught, the patient's concentration increased and the patient's eye contact was better. TAK and positive abilities therapy can improve or overcome low self-esteem.

Keywords: mental disorders; group activity therapy; low self-esteem; schizophrenia

PENDAHULUAN

Gangguan jiwa menjadi masalah kesehatan serius karena jumlahnya yang terus mengalami peningkatan, dan termasuk penyakit kronis dengan proses penyembuhan yang lama. Salah satu permasalahan dalam perawatan pasien gangguan jiwa adalah stigma masyarakat yang dapat

menghambat kesembuhan. Stigma negative oleh lingkungan terhadap pasien gangguan jiwa tidak hanya menyebabkan terkucilkannya pasien dari lingkungan, namun beban psikologis bagi keluarga yang akan menjadi penghambat dalam kesembuhan pasien (Hartanto et al., 2021). Kasus gangguan jiwa di Indonesia berdasarkan hasil Riskesdas tahun (2018), menunjukkan bahwa prevalensi skizofrenia/psikosis di Indonesia sebanyak 7% per 1000 rumah tangga. Hal ini menunjukkan bahwa dari 1000 rumah tangga terdapat 70 rumah tangga yang mempunyai anggota rumah tangga (ART) dengan pengidap skizofrenia/psikosis berat. Catatan Kemenkes RI pada tahun 2019, prevalensi gangguan kejiwaan tertinggi terdapat di Provinsi Bali dan di Yogyakarta dengan masing-masing prevalensi 11,1% dan 10,4% per 1000 rumah tangga yang memiliki ART dengan pengidap skizofrenia/psikosis.

Skizofrenia adalah suatu gangguan mampu, dengan cara melatih kemampuan positif dapat menggali aspek-aspek kemampuan positif yang dimilikinya sehingga diharapkan klien mampu memandang dirinya itu berguna dan menjadi individu yang baik (Rindi., 2021). Prevalensi skizofrenia di Indonesia bervariasi, sampai dengan 1,4%. Berdasarkan hasil Riskesdas 2013 gangguan jiwa skizofrenia di Indonesia 1,7% dan Sumatera Barat berada di urutan ke sembilan dengan 1,9%. Di Indonesia prevalensi skizofrenia 7,0%, tertinggi di Bali 11,0%, Yogyakarta 10%, NTB 10%, Aceh 9,0%, Jawa Tengah 9,0%, Sulawesi Selatan 9,0%. Di provinsi Sumatera Barat sendiri prevalensi skizofrenia yaitu 9,0%, dan berada di urutan yang ke sembilan. Terjadi peningkatan angka kejadian dari tahun 2013 ke tahun 2018. Bahkan melebihi angka prevalensi nasional (Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan, 2018) (Afconneri., 2020).

Salah satu gejala negatif skizofrenia adalah harga diri rendah. Harga diri rendah merupakan penilaian negatif terhadap diri sendiri, kemampuan diri yang secara tidak langsung di ekspresikan. Terdapat beberapa poin di dalam harga diri rendah yaitu gambaran harga diri, ideal diri, harga diri, peran diri, dan identitas diri. Gangguan harga diri rendah adalah gangguan konsep diri dimana harga diri merasa gagal mencapai keinginan, perasaan diri yang negatif dan merasa diri lebih rendah dibanding orang lain. Setiap individu memiliki kecenderungan untuk mengalami kegagalan dalam hidup. Saat merasa gagal individu dapat terganggu konsep dirinya. Gangguan harga diri merupakan kejadian berkelanjutan dari ketidakseimbangan konsep diri dimana individu mengalami kesulitan dalam memecahkan suatu masalah yang mengakibatkan harga diri rendah karena stress yang ditimbulkan. Harga diri rendah adalah disfungsi psikologis yang menyebar luas terlepas dari masalah spesifik mereka, hampir semua pasien menyatakan bahwa mereka ingin memiliki harga diri yang lebih baik (Harefa., 2021).

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). Dapat disimpulkan bahwa harga diri rendah merupakan keadaan maladaptif dalam reaksi konsep diri, dimana seseorang menganggap dirinya rendah dan kurang percaya diri baik secara langsung maupun tidak langsung. Upaya yang bisa dilakukan untuk meningkatkan harga diri rendah adalah terapi aktifitas kelompok dan terapi kemampuan positif. Terapi ini berkaitan dengan stimulasi psikologis seseorang yang akan berdampak terhadap kesembuhan baik secara psikis maupun psikologis seseorang. Tujuan terapi diberikan yaitu untuk meningkatkan harga diri seseorang yang mengalami harga diri rendah atau HDR.

Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) stimulasi persepsi merupakan salah satu terapi modalitas yang dilakukan perawat pada sekelompok pasien yang mempunyai masalah keperawatan yang sama dengan cara pasien dilatih mempersiapkan stimulus yang disediakan atau stimulus yang dialami. Pemberian TAK stimulasi persepsi yang efektif didukung dengan lingkungan tempat terapi diberikan, dan kemauan klien untuk berpartisipasi dalam kegiatan, maka klien diharapkan dapat mengatasi harga diri rendah (Dewi., 2022). Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk menggambarkan asuhan keperawatan pada pasien gangguan harga diri rendah kronis dengan memberikan terapi aktivitas kelompok dan terapi kemampuan positif

METODE

Penelitian ini menggunakan desain rancangan studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan mulai dari pengkajian, diagnosa, intervensi, implementasi hingga evaluasi. Data yang diperoleh berdasarkan hasil wawancara, observasi, studi dokumentasi. Sampel yang digunakan adalah Tn. R dengan harga diri rendah. Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei 2024 di Soerojo Hospital Magelang dengan asuhan keperawatan selama 3x24 jam. Proses pengumpulan data awal yaitu menggunakan lembar format pengkajian sesuai dengan ketentuan dan menggunakan pemeriksaan tanda-tanda vital berupa stetoskop, spigmomanometer, termometer dan oxymeter. Penelitian ini menerapkan prinsip etik berupa kerahasiaan dan tanpa nama (anonymity), memberikan perlindungan atas ketidaknyamanan selama penelitian. Analisis dengan menggunakan deskriptif dengan menggambarkan studi dalam narasi yang menggunakan hasil dan respon asuhan keperawatan terhadap klien. Implementasi yang dilakukan adalah dengan membina hubungan positif dengan bercakap-cakap, mengidentifikasi kemampuan positif pada diri klien, memfasilitasi klien TAK berkenalan dan TAK bercerita pengalaman positif, serta melatih klien mencuci piring dan menyapu lantai. Dilakukan selama 3 hari dengan cara melatih dan mengevaluasi kemampuan klien. Setelah dilakukan implementasi keperawatan diharapkan harga diri meningkat dengan kriteria hasil penilaian diri positif, konsentrasi, tidur, kontak mata, aktif meningkat dan perasaan malu menurun.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari pengkajian pada klien, diperoleh data Tn. R usia 22 tahun . Alamat Pakis Kabupaten Magelang. Pendidikan terakhir SMP, agama Islam, belum menikah. Data subjektif yang didapatkan yaitu klien mengatakan klien tidak dapat melakukan pekerjaan dengan baik, klien malu karena banyak orang tau bahwa dirinya di rsj, klien mengatakan sulit tidur, dan data objektif yang didapatkan yaitu klien tampak lesu dan tidak bergairah, klien tampak kurang konsentrasi, klien tampak pasif dan kontak mata klien kurang. Sesuai dengan analisa data, klien memiliki kesamaan etiologi maupun tanda gejala dengan teori yang menjelaskan mengenai gangguan harga diri rendah kronis, maka peneliti menegakkan diagnosa harga diri rendah kronis. Hasil pemeriksaan fisik didapatkan TD: 90/65 mmHg, S: 36.7°C, N: 116x/menit, RR: 20x/menit dan SpO₂: 98%. Intervensi yang diberikan yaitu promosi harga diri dengan cara monitor tingkat harga diri setiap waktu sesuai kebutuhan, diskusikan pengalaman yang meningkatkan harga diri, diskusikan penetapan tujuan realistis untuk mencapai harga diri yang lebih tinggi, fasilitasi lingkungan dan aktivitas yang meningkatkan diri, membina hubungan saling percaya, anjurkan mengidentifikasi kekuatan yang dimiliki, anjurkan mempertahankan kontak mata saat berkomunikasi dengan orang lain, latih cara berpikir dan berperilaku positif. Intervensi yang diberikan yaitu dengan cara terapi aktivitas kelompok berkenalan dan bercerita pengalaman positif yang dimiliki, kemudian dengan terapi kemampuan positif yaitu dengan melatih mencuci piring dan menyapu lantai.

Implementasi keperawatan yang dilakukan selama 3 hari dimulai dari tanggal 7 Mei 2024 sampai 9 Mei 2024 sesuai dengan rencana tindakan yang akan dilakukan pada klien. Pada hari pertama yaitu membina hubungan saling percaya dengan cara bercakap-cakap serta mengidentifikasi kemampuan

dan aspek positif yang dimiliki klien, dengan membina hubungan saling percaya melalui komunikasi terapeutik masalah-masalah yang dialami klien dapat dikurangi. Pembinaan hubungan saling percaya secara efektif dalam melakukan tindakan keperawatan dapat meningkatkan keterbukaan perawat dan klien serta dapat membantu memecahkan masalah yang dialami klien. Hari kedua memfasilitasi klien mengikuti TAK berkenalan serta melatih kemampuan positif yang dimiliki klien yaitu mencuci piring, dengan mengikuti terapi aktivitas kelompok berkenalan klien dapat melatih kemampuan berinteraksinya dengan oranglain. Hari ke tiga yaitu memfasilitasi klien TAK bercerita pengalaman positif yang pernah dialami dan melatih kemampuan positif yang dimiliki klien yaitu menyapu lantai. Hasil evaluasi asuhan keperawatan yang dilakukan pada Tn. R setelah diberikan terapi aktivitas kelompok dan terapi kemampuan positif selama 3x24 jam didapatkan data subjektif klien merasa lebih percaya diri, dan hasil objektif klien dapat mengikuti kegiatan TAK dengan baik dan kooperatif serta klien dapat melakukan apa yang sudah diajarkan, konsentrasi pasien lebih meningkat serta kontak mata pasien sudah lebih baik.

Pengkajian adalah sebuah dasar dari proses keperawatan yang dilakukan guna untuk mendapatkan informasi atau data dari klien yang bertujuan untuk dianalisa dan diidentifikasi untuk mengenal masalah yang dialami oleh klien sehingga memudahkan perawat dalam memutuskan dan memberi asuhan kepada klien dengan tepat. Pengkajian adalah tahap awal dari proses keperawatan dan merupakan suatu sistem yang sistematis dalam pengumpulan data dari berbagai sumber data, untuk mengevaluasi dan mengidentifikasi status kesehatan klien (Rahmi., 2022) Menurut hasil pengkajian didapatkan bahwa klien baru pertama kali dirawat di Soerojo Hospital Magelang, klien memiliki riwayat konsumsi alkohol dan obat-obatan terlarang selama kurang lebih 3 bulan terakhir. Mengatakan dirinya tidak bisa melakukan pekerjaan dengan baik dan mengungkapkan perasaan malu. Klien masuk dengan diagnosa harga diri rendah dengan skizofrenia. Sesuai dengan strategi pelaksanaan (SP) pada pasien harga diri rendah, terapi kemampuan positif dan terapi aktifitas kelompok dapat menurunkan harga diri rendah pada pasien. Tanda gejala harga diri rendah kronis yaitu: mengkritik diri sendiri dan orang lain, gangguan dalam berhubungan, perasaan tidak mampu, perasaan negatif tentang dirinya sendiri, menarik diri secara sosial, dan pandangan hidup yang pesimis (Ramadhani & Dkk, 2021).

Terapi Aktifitas Kelompok merupakan suatu aktifitas yang dapat mengatasi harga diri rendah kronis hal ini sejalan dengan (Maulana et al., 2022) bahwa berdasarkan beberapa jurnal yang telah didapat dan telah dianalisis dapat disimpulkan bahwa kegiatan terapi aktivitas kelompok ini dapat meningkatkan harga diri pada pasien dengan harga diri rendah. Hasil dari pengabdian masyarakat ini terjadi penurunan pada nilai mean sebelum dilakukan TAK mean 50 dan setelah dilakukan TAK menurun menjadi mean 45 hasil ini menunjukkan adanya penurunan tanda gejala harga diri rendah kronik. Hasil pengabdian ini mampu menurunkan tanda dan gejala harga diri rendah maka direkomendasikan kepada perawat di RSJD Provinsi Jambi untuk mengoptimalkan pemberian TAK pada klien harga diri rendah kronis (Nofrida.,2022). Dalam penelitian (Khasanah., 2020) Terapi kemampuan positif juga mampu untuk menurunkan harga diri rendah kronis yaitu dengan mencuci piring atau menyapu lantai. Setelah dilakukan terapi kemampuan positif selama 5 hari dihasilkan terjadi penurunan tanda dan gejala pada pasien dengan harga diri rendah kronis yang berjumlah 3 responden.

Hasil literatur review dari 5 artikel menunjukkan bahwa latihan kemampuan positif sangat bervariasi. Latihan kemampuan positif dimaksud terdiri dari aktivitas merias diri, terapi menjahit, aktivitas mencuci, kegiatan menggambar dan kegiatan Plant Therapy. Secara signifikan menunjukkan semua latihan kemampuan positif dapat meningkatkan dan mempertahankan kemampuan yang masih dimiliki klien (Rindi., 2021). Hasil studi kasus menunjukkan bahwa pasien mengalami peningkatan harga diri setelah dilakukan latihan kemampuan positif. Latihan kemampuan positif mampu meningkatkan harga

diri pasien yang mengalami gangguan konsep diri harga diri rendah (Fazriyani., 2021). Harga diri rendah sebelum dilakukan terapi aktivitas kelompok sosial pada klien 1 yaitu tidak bisa mengontrol emosi dan pada klien 2 dan 3 yaitu kurangnya interaksi sosial setelah dilakukan terapi aktivitas kelompok sosial pada klien 1 sudah bisa mengontrol emosi klien 2 dan 3 sudah bisa melakukan interaksi sosial. Terdapat pengaruh pemberian terapi aktivitas kelompok terhadap pasien harga diri rendah (Lasanudin et.al., 2023).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terapi aktifitas kelompok dan terapi kemampuan positif yang dilakukan selama 3 hari dapat meningkatkan harga diri rendah pada klien. Terapi ini efektif dilakukan tergantung pada respon pasien itu sendiri. Saran untuk peneliti lain agar dapat menerapkan terapi ini untuk mengatasi harga diri rendah kronis pada klien.

DAFTAR PUSTAKA

- Maulana, I., Hendrawati, H., Amira, I., & Senjaya, S. (2022). Literatur Review Terapi Aktivitas Kelompok untuk Meningkatkan Harga Diri Rendah (HDR). *Malahayati Nursing Journal*, 4(12), 3258–3277. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i12.7400>
- Saswati, N., Harkomah, I., Rahayu, E., Sari, I., Asmidar, R., Rahmayanti, R., Lestari, P., Kisilowati, Y., & Akbar, A. A. (2022). Pelaksanaan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) pada klien harga diri rendah kronis. *Jurnal Pengabdian Harapan Ibu (JPHI)*, 4(1), 21. <https://doi.org/10.30644/jphi.v4i1.632>
- Mane, G., Sulastien, H., & Kuwa, M. K. R. (2022). Gambaran Stigma Masyarakat pada Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ). *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(1), 185. <https://doi.org/10.26714/jkj.10.1.2022.185-192>
- Rindi Atmojo, B. S., & Purbaningrum, M. A. (2021). Literature Review: Penerapan Latihan Kemampuan Positif Terhadap Peningkatan Harga Diri Rendah Pada Klien Yang Mengalami Skizofrenia. *Industry and Higher Education*, 3(1), 1689–1699. <http://journal.unilak.ac.id/index.php/JIEB/article/view/3845%0Ahttp://dSPACE.uc.ac.id/handle/123456789/1288>
- Rachmawati, R. (2023). Analisa Penerapan Terapi Aktivitas Kelompok: Stimulasi Persepsi Pada Pasien Dengan Harga Diri Rendah Kronik Di Rsj Dr. H. Marzoeki Mahdi Bogor. 9, 356–363.
- Afconneri, Y., & Puspita, W. G. (2020). Faktor-Faktor Kualitas Hidup Pasien Skizofrenia. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 273–278.
- Fazriyani, G. Y., & Mubin, M. F. (2021). Peningkatan harga diri pada pasien gangguan konsep diri : harga diri rendah dengan menggunakan terapi latihan kemampuan positif. *Ners Muda*, 2(3), 159. <https://doi.org/10.26714/nm.v2i3.6229>
- Lasanudin, H. V., & Sabali, R. (2023). Penerapan Terapi Aktivitas Kelompok Sosialisasi Pada Lansia Dengan Harga Diri Rendah di Panti Griya Lansia Jannati. *Jurnal Riset Ilmu Kesehatan Dan Keperawatan*, 1(2), 83–88.
- https://www.google.co.id/books/edition/BUKU_AJAR_KEPERAWATAN_JIWA/XHfXEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=gangguan+jiwa+menurut+hartanto&pg=PA34&printsec=frontcover

- Harefa, A. R., Samosir, E. F., Sihombing, R. I., Monica, S., Hutagalung, S. N. S., & Romayanti, Y. (2021). Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Persepsi Pada Pasien Harga Diri Rendah. Harefa, Andika Rahmat Samosir, Erna Fitria Sihombing, Rut Imanita Monica, Sarah Hutagalung, Sry Nofita Sari Romayanti, Yuliana. <https://osf.io/4mswg/>
- Dewi, B. (2022). Studi literatur : Penerapan upaya peningkatan harga diri rendah dengan terapi aktifitas kelompok (Stimulasi presepsi). *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 12(23), 124–136. <https://doi.org/10.52047/jkp.v12i23.129>
- Agustin, I. M., & Handayani, S. (2017). Case Report: Afirmasi Positif Pada Harga Diri Rendah Situasional Pasien Fraktur Femur. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 13(2), 94–98. <https://doi.org/10.26753/jikk.v13i2.215>
- Ramadhani, A. S., & Dkk. (2021). Studi kasus harga diri rendah kronis pada pasien skizofrenia. *Jurnal Keperawatan Notokusumo*, 9(2), 13–23. <https://jurnal.stikes-notokusumo.ac.id/index.php/jkn/article/download/117/91>
- Rahmi, U., & Kep, M. (2022). Dokumentasi keperawatan. Bumi Medika.