

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Harga diri merupakan salah satu aspek dari konsep diri yang mencerminkan pandangan seseorang menilai dirinya sendiri sehingga ketika ada penilaian negatif yang mengarah kepada diri sendiri merupakan harga diri rendah yang kronis (Andayani & Afiantin, 2023). Harga diri rendah kronis, yang disebabkan oleh kegagalan berulang, kurangnya dukungan sosial, dan ketidaksesuaian antara harapan dan kenyataan, dapat menimbulkan pola pikir negatif yang menetap sehingga meningkatkan risiko depresi dan kecenderungan bunuh diri (Situngkir et al., 2023). Dampak dari harga diri rendah bukan hanya mengenai aspek mental, tetapi juga berpengaruh pada aspek kualitas hidup, seperti kesehatan fisik, interaksi sosial serta kemampuan untuk menjalankan aktivitas sehari-hari (Oka et al., 2024). Oleh karena itu individu yang memiliki harga diri rendah kronis jika tidak segera ditangani akan menyebabkan munculnya pikiran negatif yang berujung pada depresi hingga bunuh diri.

Prevalensi gangguan jiwa menurut *World Health Organization* (2023) terdapat sekitar 699 juta orang, dengan kecemasan (301 juta), depresi (280 juta), bipolar (40 juta), dan skizofrenia (24 juta) sebagai gangguan utama yang sering disertai harga diri rendah. Sementara di Indonesia, prevalensi tertinggi terdapat di DKI Jakarta (24,3%), diikuti oleh beberapa provinsi lainnya Nanggroe Aceh Darussalam (18,5%), Sumatera Barat (17,7%), Nusa Tenggara Barat (10,9%), Sumatera Selatan (9,2%), dan Jawa Tengah (6,8%) (Kemenkes RI, 2023). Data pasien sakit jiwa di RSKD Duren Sawit dari bulan Januari sampai Maret tahun 2026, tercatat 597 kasus yang terbagi dalam diagnosa keperawatan gangguan persepsi sensori halusinasi 597 kasus (100%), isolasi sosial sebanyak 15 kasus (0,57%), resiko perilaku kekerasan 159 kasus (26,653%), perilaku kekerasan 9 kasus (5,46%), harga diri rendah 15 kasus (1,51%), defisit perawatan diri sebanyak 468 kasus (78,39%), risiko bunuh diri sebanyak 9 kasus (0,34%) dan waham sebanyak 1 kasus (0,03%).

Harga diri rendah kronis pada pasien gangguan jiwa menyebabkan masalah dalam berinteraksi sosial dan kemampuan berpikir, ditambah dengan pengalaman ditolak oleh lingkungan sosial berkali-kali, yang menyebabkan orang tersebut tidak berguna dan kehilangan rasa percaya diri (Wibowo et al., 2023). Gejala yang tampak antara lain: berupa membatasi diri dari interaksi sosial, ekspresi emosional yang datar, motivasi yang menurun, perasaan tidak mampu, dan pikiran negatif yang terus-menerus terhadap diri sendiri (Rahmawati et al., 2021). Tanda dan gejala harga diri rendah yaitu ekspresi wajah tampak sedih, rasa kurang percaya diri, serta ucapan yang merendahkan diri sendiri. Menolak pernyataan positif dan berlebihan dalam menerima komentar negatif tentang diri sendiri, lalu merasa kesulitan untuk mencoba aktivitas atau situasi yang baru (Nurchayyo et al., 2022). Penolakan dari lingkungan sosial yang berulang dan kemampuan mekanisme koping yang kurang mengakibatkan dampak yang serius.

Afirmasi positif berupa ungkapan harapan yang menghapus pikiran negatif dan meningkatkan pola pikir positif dengan pengulangan konsisten (Akmal Nur et al., 2025). Penelitian deskriptif kasus pada individu dengan gangguan konsep diri berupa harga diri rendah kronis di Indonesia menunjukkan bahwa penerapan terapi afirmasi positif, yaitu pengulangan kalimat penguatan terhadap diri sendiri, dapat meningkatkan kemampuan sosial dan keterbukaan pasien terhadap lingkungan sekitar. Setelah menjalani dua sesi terapi, pasien terlihat lebih aktif berkomunikasi, tidak lagi menunjukkan sikap defensif, serta lebih berpartisipasi dalam kegiatan kelompok, yang menggambarkan adanya perubahan pola pikir negatif menjadi lebih positif dan adaptif (Suhari B., A., 2023).

Penelitian di RS Jiwa Palembang menunjukkan bahwa mengucapkan kalimat “Saya berharga dan mampu” berulang dapat meningkatkan percaya diri dan mengurangi pikiran negatif dari data yang didapatkan penerapan terapi afirmasi positif menggunakan kuesioner *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES) salah satu pasien dari angka 7 (tinggi) menurun menjadi 3 (rendah) (Septyanti et al., 2024). Studi kasus di RSUD Madani Palu juga menemukan afirmasi positif

rutin menurunkan depresi serta meningkatkan motivasi dan keyakinan diri pasien (Lusiana et al., 2025). Penelitian di Puskesmas Limboto menunjukkan bahwa terapi afirmasi positif secara rutin dapat meningkatkan kualitas hidup pasien dengan harga diri rendah, ditandai dengan penurunan stres dan peningkatan motivasi diri (Aliwu, 2024).

Peran perawat jiwa yaitu memberikan asuhan keperawatan dan dukungan emosional untuk membantu pemulihan kesehatan mental pasien secara holistik, khususnya bagi pasien yang mengalami gangguan rendah diri. Dalam praktiknya, perawat tidak hanya bertugas memberikan obat atau prosedur medis, tetapi juga bertindak sebagai pendamping, membantu pasien membangun kembali kepercayaan diri mereka. Hal ini dicapai melalui komunikasi yang efektif, kesabaran, dan empati, memastikan pasien merasa diterima dan dihargai. Dengan memberikan perawatan yang tulus dan menjadi pendengar yang setia, perawat membantu pasien mengenali kemampuan positif mereka yang masih ada, menghilangkan perasaan tidak berdaya dalam menghadapi tantangan mereka.

Selama kuliah di Universitas Kristen Indonesia (UKI), penulis diajarkan untuk selalu memprioritaskan nilai-nilai UKI seperti rendah hati, berbagi dan peduli, disiplin, profesionalisme, tanggung jawab, dan berintegritas. penulis menerapkan nilai-nilai ini dalam praktik ketika memberikan teknik afirmasi positif kepada pasien. Penulis menunjukkan sikap peduli ini dengan sabar mengimplementasikan terapi afirmasi positif, memotivasi pasien untuk tetap disiplin dalam mengikuti jadwal latihan. Penulis berusaha untuk memastikan bahwa setiap tindakan yang penulis lakukan didasarkan pada rasa tanggung jawab dan kepedulian terhadap pasien. Berdasarkan nilai-nilai diatas, penulis tertarik untuk menulis karya tulis ilmiah berjudul *Terapi Afirmasi Positif untuk Meningkatkan Harga Diri Pasien dengan Gangguan Konsep Diri: Harga Diri Rendah Kronis di RSKD Duren Sawit*.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, masalah yang akan dibahas oleh penulis adalah bagaimana terapi afirmasi positif untuk meningkatkan harga diri pasien dengan gangguan konsep diri: harga diri rendah kronis di RSKD Duren Sawit?

1.3. Tujuan

1.3.1. Tujuan Umum

Mahasiswa mampu mengimplementasikan terapi afirmasi positif untuk meningkatkan harga diri pasien dengan gangguan konsep diri: harga diri rendah kronis di RSKD Duren Sawit

1.3.2. Tujuan Khusus

- 1.3.2.1. Mampu melakukan pengkajian pasien dengan gangguan konsep diri: harga diri rendah kronis di RSKD Duren Sawit
- 1.3.2.2. Mampu menentukan diagnosa keperawatan pada pasien dengan gangguan harga diri di RSKD Duren Sawit
- 1.3.2.3. Mampu intervensi dengan menerapkan terapi afirmasi positif untuk meningkatkan harga diri pasien dengan gangguan konsep diri: harga diri rendah kronis di RSKD Duren Sawit
- 1.3.2.4. Mampu mengimplementasikan terapi afirmasi positif untuk meningkatkan harga diri pasien dengan gangguan konsep diri: harga diri rendah kronis di RSKD Duren Sawit
- 1.3.2.5. Mampu melakukan evaluasi keperawatan setelah menerapkan terapi afirmasi positif untuk meningkatkan harga diri pasien dengan gangguan konsep diri: harga diri rendah kronis di RSKD Duren Sawit
- 1.3.2.6. Mampu mendokumentasikan asuhan keperawatan setelah menerapkan terapi afirmasi positif untuk meningkatkan harga diri pasien dengan gangguan konsep diri: harga diri rendah kronis di RSKD Duren Sawit

1.4. Manfaat

Studi kasus ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi:

1.4.1. Manfaat Institusi dan Lahan Praktik

Hasil karya tulis ilmiah ini adalah memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu keperawatan jiwa, khususnya dalam hal penerapan intervensi afirmasi sebagai pendekatan psikososial untuk meningkatkan harga diri pada pasien dengan harga diri rendah kronis.

1.4.2. Manfaat Bagi Penulis dan Peneliti Selanjutnya

Sebagai inspirasi topik karya tulis ilmiah lebih mendalam, seperti efektivitas terapi afirmasi positif untuk meningkatkan harga diri pasien terhadap pasien dengan gangguan harga diri rendah kronis.

