



CASE STUDY



ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HARGA DIRI RENDAH KRONIS DENGAN INTERVENSI AFIRMASI POSITIF

ANALYSIS OF NURSING CARE IN CHRONIC LOW SELF-ESTEEM PATIENTS WITH POSITIVE AFFIRMATION INTERVENTIONS

Nurul Hasanah¹, Wiwi Susanti Piola¹

¹Departemen Keperawatan Jiwa, Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Gorontalo, Indonesia

*Corresponding Author: Nurul Hasanah (nurulhasanah.nh5@gmail.com)

ABSTRAK

Article History:

Submitted:
May, 15th 2023

Received in
Revised:
May, 31th 2023

Accepted:
June, 18th 2023

Pendahuluan: Seseorang dengan harga diri yang rendah kronis akan beresiko menarik diri dari lingkungan sosial. Sehingga perlu diberikan terapi jangka panjang untuk mengontrol rasa percaya dirinya dengan melakukan intervensi afirmasi positif.

Metode: Metode penelitian menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan. Subjek pada penelitian ini yaitu 3 pasien di wilayah kerja Puskesmas Kota Tengah Kota Gorontalo dengan diagnosa harga diri rendah kronis Teknik pengumpulan data diperoleh dari wawancara dan pembagian kuesioner untuk melihat perbedaan tanda dan gejala harga diri rendah kronis pada pasien sebelum dilakukan intervensi afirmasi positif dan sesudah dilakukan intervensi afirmasi positif. Penelitian dilakukan selama 3 hari kunjungan.

Hasil: Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setelah diberikan Intervensi teknik Afirmasi Positif didapatkan hasil Pada Nn.HM dan Tn.YD mengalami penurunan tanda dan gejala Harga Diri Rendah Kronis berupa, pasien lebih tenang dan merasa lebih nyaman dari sebelumnya. Sedangkan pada Nn.NM hanya sedikit perubahan tanda dan gejala yang dialaminya setelah diberikan intervensi ini, dikarenakan tidak terdapat kerja sama yang baik antara orang tua pasien yang sibuk bekerja dengan pasien yang di rumah.

Kesimpulan: Penelitian ini menunjukkan bahwa setelah diberikan intervensi teknik Afirmasi Positif didapatkan penurunan tanda dan gejala pada pasien Harga Diri Rendah Kronis sehingga intervensi teknik Afirmasi Positif dapat digunakan sebagai salah satu intervensi pada pasien Harga Diri Rendah Kronis.

Kata kunci: Afirmasi Positif; Harga Diri Rendah Kronis

ABSTRACT

Introduction: A person with chronically low self-esteem is at risk of withdrawing from social circles, so it is necessary to be given long-term therapy to control his self-confidence by intervening positive affirmations.

Method: The research method uses a case study design with a nursing process approach. The subjects in this study were 3 patients in the working area of the Central City Health Center of Gorontalo City with a diagnosis of chronic low self-esteem Data collection techniques were obtained from interviews and distribution of questionnaires to see differences in signs and symptoms of chronic low self-esteem in patients before positive affirmation intervention and after positive affirmation intervention. The study was conducted during a 3-day visit.

Results: The results of this study showed that after being given the Positive Affirmation technique intervention, results were obtained In Nn.HM and Mr. YD experienced a decrease in signs and symptoms of Chronic Low Self-Esteem, the patient calmed down and felt more comfortable than before. While in Ms.NM only a slight change in signs and symptoms experienced after being given this intervention, because there was no good cooperation between the patient's parents who were busy working with patients at home



Conclusion: *This study shows that after the intervention of the Positive Affirmation technique is given a decrease in signs and symptoms in patients with Chronic Low Self-Esteem so that the intervention of the Positive Affirmation technique can be used as one of the interventions in patients with Chronic Low Self-Esteem.*

Keywords: *Chronic Low Self-Esteem; Positive Affirmations*

PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa menurut *World Health Organization* (WHO) adalah ketika seseorang tersebut merasa sehat dan bahagia, mampu menghadapi tantangan hidup serta dapat menerima orang lain sebagaimana seharusnya serta mempunyai sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain. Kesehatan jiwa adalah kondisi dimana seseorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga individu tersebut menyadari kemampuan sendiri, dapat mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi untuk komunitasnya. Kondisi perkembangan yang tidak sesuai pada individu disebut gangguan jiwa (UU No. 18 tahun 2018).

Gangguan jiwa menurut *American Psychiatric Association* (APA) adalah sindrom atau pola psikologis atau pola perilaku yang penting secara klinis, yang terjadi pada individu. Sindrom itu dihubungkan dengan adanya distress (misalnya, gejala nyeri, menyakitkan) atau disabilitas (ketidakmampuan pada salah satu bagian atau beberapa fungsi penting) atau disertai peningkatan risiko secara bermakna untuk mati, sakit, ketidakmampuan, atau kehilangan kebebasan (*American Psychiatric Association*, 2016).

Jumlah gangguan jiwa di Indonesia mengalami peningkatan yang cukup signifikan, menurut data hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, menunjukkan prevalensi *skizofrenia/psikosis* di Indonesia sebanyak 6,7% 1000 rumah tangga. Artinya, dari 1000 rumah tangga terdapat 6,7% rumah tangga yang mempunyai anggota rumah tangga mengidap *skizofrenia/psikosis* (Riskesdas, 2018).

Tanda dan gejala harga diri rendah kronis yaitu menilai diri negatif misalnya, merasa dirinya tidak berguna, tidak tertolong, merasa malu, merasa tidak mampu melakukan apapun, meremehkan kemampuan mengatasi masalah, merasa tidak memiliki kelebihan atau kemampuan positif, melebih-lebihkan penilaian negatif tentang diri sendiri, menolak penilaian positif tentang diri sendiri, enggan mencoba hal baru, berjalan menunduk, postur tubuh menunduk (Tim Pokja SDKI PPNI, 2017).

Harga diri rendah adalah suatu pemikiran dan perasaan negatif terhadap diri sendiri sehingga penderita merasakan hilangnya rasa percaya diri, pesimis dan tidak berharga di kehidupannya. Seseorang dengan harga diri

rendah kronis meyakini dan memandang dirinya lemah, tidak berharga, tidak dapat berbuat apa-apa, tidak kompeten, merasa gagal, tidak menarik, tidak disukai, dan hilangnya kepercayaan diri yang berlangsung dalam waktu lama dan terus menerus (Sofia Zulfa, R. 2019).

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).

Perawat sebagai salah satu pemberi asuhan keperawatan pada umumnya akan memberikan tindakan melalui pendekatan strategi pelaksanaan komunikasi diantaranya melatih cara mengendalikan pikiran menggunakan terapi afirmasi positif. Afirmasi positif sendiri merupakan kalimat positif seperti cita-cita dan harapan yang biasanya tertuang dalam pikiran atau tulisan yang berguna untuk membebaskan diri dari pikiran negatif serta meningkatkan harga diri dengan berpikir positif, ini efektif untuk meningkatkan kebahagiaan dan individu yang memiliki pikiran yang positif cenderung lebih bahagia, sehat, berhasil, dan dapat menyesuaikan dirinya kembali (Tika Duwi Lestari, 2020).

Afirmasi positif adalah suatu pernyataan sugestif yang diulang-ulang. Afirmasi ini seperti doa dan hipnotis, yang bisa bekerja efektif ketika pikiran kita sedang dalam keadaan tenang dan fokus. Tujuan dari afirmasi positif ini sendiri adalah agar manusia dapat memrogram subconciusnya (alam bawah sadar). Pasien menulis ide-ide/isi pikiran masa lalu yang keliru kemudian dapat menggantinya dengan yang baru dan positif. Sehingga dapat mengurangi tanda dan gejala pada pasien harga diri rendah kronis (Ayu Dekawaty, 2022).

Hasil penelitian (Asrul Pangidoan, 2022) tentang Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Ny. E Harga Diri Rendah Dengan Penerapan Afirmasi Positif di Desa Marancar. Peneliti menggunakan metode deskriptif analitik dengan pendekatan studi



kasus. Data diperoleh dari hasil observasi wawancara, pemeriksaan fisik, mendapatkan hasil bahwa harga diri rendah pasien dapat teratasi.

Hasil penelitian (Ike Mardiaty Agustin, 2017) tentang afirmasi positif pada harga diri rendah situasional pasien fraktur femur. Metodologi yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan pendekatan studi kasus pada 5 orang pasien *fraktur femur* post operasi yang mengalami gangguan konsep diri harga diri rendah situasional di ruang rawat inap teratai RSUD dr. Soedirman Kebumen. Proses penerapan dan pemberian terapi afirmasi dilakukan selama 1 bulan dengan 2 kali tindakan selama satu minggu mendapatkan hasil bahwa seluruh responden mengalami peningkatan kemampuan sesudah diberikan intervensi terapi afirmasi positif.

Masalah dengan harga diri rendah dapat terjadi pada kondisi gangguan jiwa dan non gangguan jiwa. Sehingga diperlukannya intervensi yang tepat karena jika tidak mendapat penanganan yang baik, akan mempengaruhi kualitas hidup dimana pasien akan merasa dirinya tidak berguna dalam waktu yang lama, untuk itu peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian Analisis Asuhan Keperawatan Pada Pasien Harga Diri Rendah Kronis Dengan Intervensi Afirmasi Positif.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian dalam menyusun karya tulis ilmiah ini menggunakan desain penelitian studi kasus (asuhan keperawatan). Di wilayah kerja Puskesmas Kota Tengah Kota Gorontalo selama 3 hari. Dengan populasi penelitian sebanyak 5 pasien dan sampel penelitian sebanyak 3 pasien. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling yakni :

a. Kriteria inklusi:

1. Pasien dengan diagnosa harga diri rendah kronis di wilayah kerja puskesmas kota tengah;
2. Klien yang tidak memiliki gangguan bicara.

b. Kriteria eksklusi:

1. Pasien yang tidak kooperatif saat pemberian intervensi keperawatan;
2. Pasien yang menolak untuk diikutsertakan dalam penelitian.

Teknik pengumpulan data diperoleh hasil wawancara, observasi, dan kuesioner untuk melihat tanda dan gejala pada pasien. Instrumen pengumpulan data pada penelitian ini yaitu :

1. Pengumpulan data *pre-test*

Pengumpulan data *pre-test* dilakukan dengan menggunakan kuesioner untuk melihat tanda dan gejala pada pasien harga diri rendah kronis yang dilakukan 1 hari sebelum dilakukannya intervensi kepada responden. Pengumpulan data dibantu oleh perawat yang bertanggung jawab pada pasien *skizofrenia* di

wilayah Puskesmas Kota Tengah agar dapat berjalan dengan lancar. Dalam pengumpulan data *pre test*, perawat yang sudah dekat dengan responden membantu peneliti untuk mengatur kontrak waktu agar dapat memudahkan dalam proses pengumpulan data *pre test*.

2. Intervensi

Standar Operasional Prosedur (SOP) teknik afirmasi positif diberikan selama 3 hari pada pasien dengan harga diri rendah kronis di wilayah Puskesmas Kota Tengah Kota Gorontalo bertujuan untuk memberikan perasaan nyaman, meningkatkan rasa percaya diri, lebih menghargai diri sendiri, mengurangi pikiran negatif, meningkatkan kualitas tidur. Selanjutnya pada tahap kerja intervensi teknik afirmasi positif yaitu:

- a) Anjurkan klien mengambil posisi yang nyaman (berada di posisi duduk/berbaring, tidak memakai tas dan kaki tidak menggantung;
- b) Anjurkan klien untuk menentukan kalimat afirmasi yang ditentukan klien sendiri dengan cara menanyakan apa yang sedang dirasakan, apa yang ingin dilakukan dan harapannya di masa depan, misal: "saya orang yang kuat", "saya yakin saya bisa", dan "saya pasti cepat lulus";
- c) Anjurkan klien untuk menarik napas melalui hidung dalam hitungan 1,2,3;
- d) Hembuskan melalui mulut secara perlahan-lahan sambil merasakan tubuh dalam kondisi rileks dan melepaskan ketegangan yang ada pada dirinya;
- e) Tutup mata apabila memungkinkan, lalu lakukan tarik napas 2-3 kali;
- f) Hembuskan napas dan anjurkan klien mengucapkan kalimat afirmasi yang telah ditentukan klien;
- g) Anjurkan klien mengucapkan kembali kalimat afirmasi 3-5 kali;
- h) Anjurkan klien menarik napas kembali melalui hidung dalam hitungan 1,2,3;
- i) Beri tahu klien tindakan telah selesai;
- j) Selanjutnya tahap terminasi menanyakan hasilnya, apakah pasien merasa lebih nyaman dari sebelumnya.

3. Pengumpulan data *post-test*

Pengumpulan data *post-test*, yaitu sesudah diberikan intervensi teknik afirmasi positif peneliti mengukur kembali menggunakan kuesioner apakah ada penurunan tanda dan gejala pada pasien harga diri rendah kronis

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengkajian

Pengkajian merupakan langkah awal dan dasar dalam melakukan asuhan keperawatan.



Pengkajian pada pasien 1 (Nn.HM) dilakukan pengkajian pada tanggal 02 januari 2023 klien berusia 30 tahun, informan ibu pasien dan pasien. Faktor predisposisi, pasien pernah mengalami gangguan jiwa di masa lalu dengan pengobatan Sebelumnya yang kurang berhasil, pengalaman masa lalu yang tidak menyenangkan saat SMP pasien menjadi korban bullying oleh teman-temannya karena pasien tidak menunjukkan jawaban saat ujian tiba. Pasien anak ketiga dari empat bersaudara. Konsep diri, citra tubuh, pasien mengatakan bagian tubuh yang disukainya yaitu rambut karena rambut pasien panjang dan pasien mengatakan terlihat cantik dengan rambut panjang sedangkan bagian tubuh yang tidak disukainya adalah kaki karena kakinya terlihat besar membuat pasien malu keluar rumah. Identitas, pasien mengatakan merasa bersyukur beridentitas sebagai perempuan, pasien mengatakan dirinya seorang anak perempuan yang belum menikah. Peran, pasien mengatakan menjadi seorang anak yang hanya tinggal bersama ibunya yang kadang membuatnya berpikir untuk bekerja membantu biaya sehari-hari. Tapi pasien sadar dengan keadaan seperti ini membuatnya belum bisa bekerja. Ideal diri, pasien mengatakan mempunyai harapan terhadap dirinya agar bisa sembuh total dari penyakit jiwanya dan bisa bekerja untuk membantu ibunya. Harga diri, pasien mengatakan dirinya tidak berguna karena tidak bisa membantu ibunya mencari nafkah, pasien juga mengatakan malu dengan penyakitnya jika keluar rumah karena orang lain akan mengejeknya, pasien mengatakan dirinya lebih banyak diam, dan pasien merasa dirinya tidak memiliki kelebihan setelah sakit.

Pengkajian pada pasien 2 (Nn.NM) dilakukan pengkajian pada tanggal 02 januari 2023 klien berusia 23 tahun, informan ibu pasien dan pasien. Faktor predisposisi, pasien pernah mengalami gangguan jiwa di masa lalu dengan pengobatan Sebelumnya yang kurang berhasil, ada anggota keluarga yang mengalami gangguan jiwa, yaitu ayah dari pasien pernah mengalami gangguan jiwa saat pasien masih kecil. Pasien anak kedua dari dua bersaudara. Konsep diri, citra tubuh, pasien mengatakan bagian tubuh yang paling disukainya yaitu kuku karena kuku pasien terlihat lentik dan pasien sering mewarnainya pasien mengatakan tidak ada bagian tubuh yang tidak disukainya. Identitas, pasien mengatakan bersyukur beridentitas sebagai perempuan, pasien mengatakan dirinya seorang mahasiswa yang tidak bisa melanjutkan kuliahnya karena keadaannya yang sekarang. Peran, pasien mengatakan sebelum sakit pasien seorang mahasiswa yang sedang kuliah, tapi setelah sakit pasien menjadi anak yang tinggal bersama orang tuanya dan membuatnya tidak bisa melanjutkan kuliahnya. Ideal diri, pasien mengatakan mempunyai harapan terhadap dirinya agar bisa sembuh total dari

penyakit jiwanya dan bisa melanjutkan kuliah untuk mencapai cita-cita dan bisa berkumpul dengan teman seperti sebelumnya. Harga diri, pasien mengatakan dirinya tidak berguna karena tidak bisa membahagiakan orang tua dan sudah putus kuliah, pasien juga mengatakan malu bertemu dengan orang baru karena pasien merasa akan diejek saat bertemu mereka, tapi ibu pasien mengatakan bahwa pasien senang saat keluar rumah dan berlari kesana kemari saat tidak ada yang menjaganya, pasien merasa tidak mampu melakukan apapun di saat sakit.

Pengkajian pada pasien 3 (Tn.YD) dilakukan pengkajian pada tanggal 02 januari 2023 klien berusia 45 tahun, informan pasien. Faktor predisposisi, pasien pernah mengalami gangguan jiwa di masa lalu dengan pengobatan Sebelumnya yang kurang berhasil. Pasien anak ketiga dari lima bersaudara. Konsep diri, citra tubuh, Pasien mengatakan bagian tubuh yang paling disukainya yaitu tangan karena dengan tangan pasien dapat melakukan pekerjaan rumah dengan baik, diantaranya menyapu, mencuci baju dan bahkan bekerja, sedangkan pasien mengatakan tidak ada bagian tubuh yang tidak disukainya. Identitas, pasien mengatakan bersyukur beridentitas sebagai laki-laki walaupun pasien belum berumah tangga. Peran pasien mengatakan menikmati perannya sekarang yang masih sendiri karena belum ada yang harus dinafkahi dan tidak akan menjadi beban pada dirinya. Ideal diri, pasien mengatakan mempunyai harapan terhadap dirinya agar bisa sembuh total dari penyakit jiwanya dan bisa membina rumah tangga suatu saat nanti seperti orang pada umumnya, Harga diri, pasien mengatakan dirinya tidak berguna karena tidak seperti laki-laki pada umumnya di umur seperti ini mempunyai rumah tangga, hidup harmonis bersama keluarga kecilnya. Pasien mengatakan lebih senang menyendiri walaupun kadang-kadang membantu kerja di bengkel keluarga.

Diagnosa Keperawatan

Diagnosa keperawatan merupakan penilaian respon klien terhadap masalah kesehatan (Tim Pokja SDKI PPNI, 2017). Hasil pengkajian pasien 1, pasien 2, dan pasien 3 ditemukan masalah keperawatan yaitu harga diri rendah kronis.

Pada pasien 1 didapatkan data subjektif: pasien mengatakan dirinya tidak berguna, pasien mengatakan dirinya malu saat keluar rumah, pasien mengatakan merasa sulit konsentrasi saat melakukan pekerjaan, pasien mengatakan sulit tidur di malam hari, pasien mengatakan merasa gagal menjadi seorang anak karena tidak bisa membantu ibunya bekerja, pasien mengatakan lebih senang menyendiri, pasien mengatakan membatasi interaksi dengan orang lain. Data objektif: enggan mencoba hal baru, berjalan menunduk, kontak mata kurang, aktivitas



menurun, bergantung pada pendapat orang lain, Sulit membuat keputusan.

Pada pasien 2 didapatkan data subjektif : Pasien mengatakan dirinya tidak berguna, pasien mengatakan dirinya malu saat bertemu orang baru, ibu pasien mengatakan pasien merasa sedih secara tiba-tiba tanpa ada penyebab, pasien mengatakan dirinya tidak mampu melakukan apapun, pasien mengatakan tidak memiliki kelebihan atau kemampuan positif, pasien mengatakan merasa sulit konsentrasi saat melakukan pekerjaan, pasien mengatakan sulit tidur di malam hari, pasien mengatakan merasa gagal menjadi seorang anak, pasien mengatakan lebih senang menyendiri, pasien mengatakan membatasi interaksi dengan orang lain. Data objektif: Senang mencoba hal baru, penampilan tidak rapi, berjalan menunduk, malu bertemu orang baru, postur tubuh menunduk, kontak mata kurang, berbicara pelan dan lirih, bergerak lamban, aktivitas menurun, membuat keputusan sendiri tanpa bertanya pada ibunya.

Pada pasien 3 didapatkan data subjektif: pasien mengatakan dirinya tidak berguna, pasien mengatakan dirinya malu saat keluar rumah, pasien mengatakan melebih-lebihkan penilaian negatif tentang dirinya pasien mengatakan merasa sulit konsentrasi saat melakukan pekerjaan, pasien mengatakan sulit tidur di malam hari, pasien mengatakan badannya ketika sore hari terasa lemas dan mendengar suara-suara yang memanggilnya, pasien mengatakan merasa gagal menjadi seorang anak, pasien mengatakan lebih senang menyendiri. Data objektif: tampak tegang saat berinteraksi, berjalan menunduk, kontak mata kurang, aktivitas menurun, sulit membuat keputusan.

Intervensi Keperawatan

Berdasarkan masalah keperawatan harga diri rendah kronis yang ditemukan pada pasien akan diberikan intervensi keperawatan yaitu manajemen perilaku yang dilakukan pada 3 pasien harga diri rendah kronis pada tanggal 03 Januari 2023 sampai dengan 05 Januari 2023 Di wilayah kerja Puskesmas Kota Tengah Kota Gorontalo. Berdasarkan intervensi yang dilakukan peneliti selama 3 hari menggunakan teknik afirmasi positif sesuai SOP dapat meningkatkan kemampuan pasien berupa penilaian diri positif meningkat, perasaan memiliki kelebihan atau kemampuan positif meningkat, minat mencoba hal baru meningkat, berjalan menampakkan wajah meningkat, perasaan malu menurun, perasaan bersalah menurun dan perasaan tidak mampu melakukan apapun menurun.

Berikut rencana keperawatan pada pasien dengan intervensi manajemen perilaku. Pada Nn.HM, Nn.NM, dan Tn.YD. Pada hari pertama akan direncanakan intervensi yaitu yang pertama,

mengidentifikasi harapan untuk mengelola perilaku negatif, dengan tujuan saat pasien memiliki suatu harapan itu akan membuat perilaku negatifnya lama-kelamaan akan berkurang karena pasien selalu memikirkan harapannya saat ia sembuh nanti. Kedua, menjadwalkan kegiatan yang terstruktur, dengan tujuan pasien dengan masalah gangguan jiwa harusnya memiliki kegiatan yang terstruktur dari pasien bangun pagi sampai ketika pasien tidur di malam hari, itu akan membuat seolah-olah pasien mempunyai kegiatan yang membuatnya lebih percaya diri dari sebelumnya yang hari-harinya dilakukan dengan berdiam diri. Ketiga, melakukan kegiatan perawatan konsisten setiap dinas, perawat mengajarkan teknik afirmasi positif pada pasien dengan cara pasien mengambil posisi yang nyaman terlebih dahulu, kemudian anjurkan pasien memilih kalimat afirmasi yang akan diucapkan selanjutnya anjurkan pasien menarik napas melalui hidung tahan 3 detik kemudian hembuskan lewat mulut diulangi sampai 3 kali sampai pasien merasa rileks setelah itu ucapkan kalimat afirmasi yang telah ditentukan ulangi 3-5 kali, kemudian ditutup dengan menarik napas melalui hidung dan dihembuskan melalui mulut dan mengatakan pada pasien bahwa tindakannya telah selesai, tujuan dilakukannya teknik afirmasi positif ini untuk memberikan perasaan nyaman, meningkatkan rasa percaya diri, mengurangi pikiran negatif, dan meningkatkan kualitas tidur. Teknik afirmasi positif bisa diulang-ulang ketika pasien merasa tidak melakukan apa-apa, ketika pasien hendak mau tidur bahkan ketika pasien setelah bangun tidur.

Pada hari kedua direncanakan intervensi pertama, membantu pasien bicara dengan nada rendah dan tenang, dengan tujuan ketika melakukan perbincangan kepada pasien harga diri rendah kronis buatlah pasien tenang terlebih dahulu setelah itu bicara dengan nada rendah saat pasien menjawab dengan suara lirih dan sudah mulai tergesa-gesa segera melakukan sesuatu yang membuatnya nyaman kembali untuk menjawab pertanyaan yang diberikan kepadanya. Kedua memberi penguatan positif terhadap keberhasilan mengendalikan perilaku, dengan tujuan penguatan positif dapat mengendalikan perilaku seseorang untuk itu pasien harga diri rendah kronis selalu diberikan penguatan positif agar pasien merasa dirinya lebih berharga dan tidak memikirkan kalau dirinya orang yang negatif dan tidak mempunyai kemampuan apa-apa.

Pada hari ketiga direncanakan intervensi pertama, menghindari bersikap menyudutkan dan menghentikan pembicaraan pada pasien, dengan tujuan ketika berbincang-bincang hindari sikap menyudutkan bahkan sampai menghentikan pembicaraan dengan pasien itu akan membuat pasien tidak akan percaya diri lagi ketika bercerita dan pasien akan menganggap dirinya tidak



dihargai. Kedua, informasikan keluarga bahwa keluarga sebagai dasar pembentukan kognitif, dengan tujuan keluarga harus tau bahwa mereka mempunyai peranan sangat besar ketika anggota keluarga lainnya ada yang sakit, untuk itu sebagai keluarga harus memahami penyakit yang dialami, apa yang boleh dan tidak boleh dilakukan, dan harus memberi motivasi supaya lebih cepat proses pemulihannya.

Implementasi keperawatan

Implementasi keperawatan yang dilakukan semua sudah sesuai dengan apa yang telah direncanakan sebelumnya. Dalam pelaksanaan asuhan keperawatan pada pasien dapat dilakukan secara baik atas bantuan dari keluarga pasien yang dapat diajak untuk bekerja sama selama proses keperawatan. Selain itu perhatian penuh dari keluarga terhadap pasien sangat membantu tercapainya tujuan dilakukan asuhan keperawatan kepada pasien.

Untuk implementasi mengidentifikasi harapan untuk mengelola perilaku negatif Nn.HM mengatakan ada banyak harapan ketika pasien sudah sembuh total, diantaranya pasien ingin bekerja untuk mengurangi beban ibu pasien. Sedangkan Nn.NM mengatakan ada harapan ketika pasien sudah sembuh total, bisa kuliah, bertemu dengan teman-teman dan bisa bekerja. Dan Tn YD pasien mengatakan ada banyak harapan ketika pasien sudah sembuh total, diantaranya pasien ingin bekerja dan bisa berumah tangga seperti yang lainnya.

Pada implementasi menjadwalkan kegiatan yang terstruktur, yaitu melakukan kegiatan sesuai jadwal yang telah disetujui didapatkan Nn.HM dapat melakukan kegiatan sesuai jadwalnya seperti olahraga dengan jalan-jalan kecil di lingkungan rumah, menyapu rumah dan halaman, mencuci baju dan mandi pagi, setelah itu Nn.HM hanya duduk-duduk sambil membaca buku. Semua kegiatan dilakukan karena ada ibu pasien yang selalu mengawasinya walaupun pasien masih sering menyendiri. Sedangkan Nn.NM tidak dapat melakukan kegiatan yang sudah dijadwalkan pasien hanya berdiam diri setelah bangun tidur tanpa adanya kegiatan nanti setelah perawat datang berkunjung pasien melakukan kegiatan bersama-sama yaitu menyapu rumah dan mandi pagi kemudian sarapan. Pada saat penelitian Nn.NM memang dalam fase kambuh yang sulit untuk berinteraksi tapi setelah mempunyai hubungan saling percaya Nn.NM dapat melakukan apa yang perawat minta seperti menyapu walaupun butuh upaya yang lebih, di sisi lain ibu pasien yang bekerja sebagai guru tidak mempunyai waktu lebih untuk bersama anaknya dan tidak bisa mengawasi anaknya 24 jam. Sedangkan Tn.YD dapat melakukan kegiatan yang sudah dijadwalkan seperti olahraga dengan jalan-

jalan kecil di lingkungan rumah, menyapu rumah dan halaman, mencuci baju dan mandi pagi. walaupun ada kegiatan yang dilakukan tidak sesuai jamnya karena tidak ada yang dapat memantau pasien selama 24 jam dikarenakan pasien hanya tinggal sendiri.

Untuk implementasi melakukan kegiatan perawatan konsisten setiap dinas, perawat mengajarkan teknik afirmasi positif pada pasien dengan cara pasien mengambil posisi yang nyaman terlebih dahulu, kemudian anjurkan pasien memilih kalimat afirmasi yang akan diucapkan, ada beberapa pilihan kalimat yang dapat dipilih oleh pasien yaitu, hari ini akan menjadi hari yang lebih baik, aku seseorang yang sehat dan kuat, aku berharga dimata orang yang tepat, aku menikmati setiap hal dalam hidup, aku akan berperilaku baik pada diriku dan tidak menyakitinya, besok adalah hari yang penuh dengan kemungkinan yang luar biasa. selanjutnya anjurkan pasien menarik napas melalui hidung tahan 3 detik kemudian hembuskan lewat mulut diulangi sampai 3 kali sampai pasien merasa rileks setelah itu ucapkan kalimat afirmasi yang telah ditentukan ulangi 3-5 kali, kemudian ditutup dengan menarik napas melalui hidung dan dihembuskan melalui mulut dan mengatakan pada pasien bahwa tindakannya telah selesai. Dimana Nn.HM dan Tn.YD dapat mengikuti dengan baik dan pada hari ketiga pasien dapat melakukannya dengan sendiri tanpa adanya arahan. Sedangkan pada Nn.NM setelah diberikan berkali-kali arahan untuk melakukan teknik afirmasi positif baru pasien dapat mengikutinya. Karena pasien sulit untuk konsentrasi dan hanya duduk berdiam tanpa mengucapkan apa yang ingin dilakukannya.

Pada studi kasus ini terdapat beberapa faktor penghambat yang menyebabkan proses keperawatan tidak mendapatkan hasil maksimal. Faktor penghambat pertama yaitu respon pasien selama proses keperawatan. Tentunya butuh perhatian yang ekstra untuk melakukan intervensi pada pasien dengan gangguan jiwa dimana mereka mengalami tanda dan gejala harga diri rendah kronis yang membuat mereka enggan berbincang dengan orang yang baru dilihatnya. Membina hubungan saling percaya melalui pendekatan terapeutik pada pasien terus menerus menghasilkan dampak bahwa pasien yang sebelumnya terlihat malu kemudian memberanikan diri berbincang-bincang dengan perawat dan melakukan hal yang diajarkan oleh perawat.

Evaluasi keperawatan

Evaluasi keperawatan yang telah dilakukan pada Nn.HM, dan Tn.YD di wilayah kerja puskesmas kota tengah dengan diagnosa harga diri rendah kronis yang diberikan intervensi afirmasi positif selama 3 hari didapatkan mengalami penurunan yang signifikan dengan hasil pasien mengatakan setelah melakukan teknik



afirmasi positif dirinya lebih tenang dan merasa lebih nyaman dari sebelumnya, pasien mengatakan sudah sedikit paham tentang melakukan teknik afirmasi positif, pasien mulai melihat mata lawan bicaranya, pasien tampak lebih tenang dari sebelumnya.

Sedangkan pada pasien Nn.NM hanya sedikit perubahan tanda dan gejala yang dialaminya setelah diberikan intervensi afirmasi positif ini dikarenakan tidak ada kerja sama yang baik antara orang tua pasien dengan pasien. Dilihat setelah diberikan kegiatan yang sudah dijadwalkan pada Nn.NM tetap saja dari pagi sampai sore tidak mengikuti kegiatannya dengan sesuai jadwal karena tidak ada yang mengawasi dan mengontrol semua kegiatannya. Jadi pasien hanya kesana-kemari didalam rumah tidak ada yang mengajaknya berinteraksi dan yang menemaninya hanya ayah tirinya karena ibunya pergi mengajar. Ini yang membuat kondisi Nn.NM berbeda dengan pasien yang lainnya, saat pasien lain ada kegiatan setiap harinya, ada teman untuk di ajaknya berbincang-bincang, Nn.NM hanya berdiam diri dalam waktu yang lama dan jika kondisi ini berlangsung terus-menerus maka akan meningkatkan perasaan tidak berguna pada dirinya, menilai dirinya negatif merasa malu terhadap orang baru dan tidak ada kontak mata dengan lawan bicara.

KESIMPULAN

Berdasarkan uraian di atas menunjukkan bahwa setelah diberikan intervensi teknik Afirmasi Positif didapatkan penurunan tanda dan gejala pada pasien harga diri rendah kronis sehingga intervensi teknik afirmasi positif dapat digunakan sebagai salah satu intervensi pada pasien Harga Diri Rendah Kronis

SARAN

Kepada keluarga yang ada anggota keluarganya menderita Harga Diri Rendah Kronis diharapkan untuk dapat memberikan intervensi teknik Afirmasi Positif sesuai yang telah diajarkan oleh perawat untuk menurunkan tanda dan gejala pada pasien Harga Diri Rendah Kronis

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, S. (2017). Afirmasi Positif pada harga diri rendah situasional pasien fraktur femur. 13(2), 94–98.
- American Psychiatric Association, 2016. Practice Guideline For The Treatment Of Patients With Schizophrenia., Washington, DC
- Asrul Pangidoan, H. (2022). asuhan keperawatan jiwa pada ny. E harga diri rendah dengan penerapan afirmasi positif desa marancar.
- Ayu Dekawaty, H. (2022). Afirmasi Positif pada

Klien dengan Ketidakberdayaan di Rumah Singgah. 1(02), 63–68.
<https://doi.org/10.56741/bikk.v1i02.132>

- Ike Mardiaty Agustin, S. H. (2017). Afirmasi Positif pada harga diri rendah situasional pasien fraktur femur. 13(2), 94–98.
- Juliasari, S. (2018). asuhan keperawatan jiwa pada klien dengan gangguan Konsep Diri Harga Diri Rendah terintegrasi dengan keluarga.
- Olivia, W., & Hardayati, Y. A. (2020). Peningkatan harga diri klien skizofrenia melalui praktik klinik online. 3(4), 481–494.
- Riset Kesehatan Dasar. (2018). Persebaran Prevalensi Skizofrenia/Psikosis Di Indonesia
- Sofia Zulfa, R. (2019). Latihan berpikir positif pada klien dengan harga diri rendah.
- Tika Duwi Lestari. (2020). Afirmasi positif dalam menurunkan tingkat ketidakberdayaan pada pasien stroke.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI, (2017), Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia
- Wijayati, F., Nasir, T., & Hadi, I. (2020). HIJP: Health Information Jurnal Penelitian Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Harga Diri Rendah Pasien Gangguan Jiwa. 12:2: 4.