

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia sebagai negara berkembang menghadapi berbagai tantangan, salah satunya adalah masalah kesehatan. Selama ini, fokus pelayanan lebih menitikberatkan pada aspek fisik, sementara kesehatan jiwa belum sepenuhnya menjadi bagian yang setara dalam prioritas. Padahal, sesuai dengan definisi kesehatan yang holistik, kesehatan mencakup kondisi fisik, mental, dan sosial secara menyeluruh. Hal ini ditegaskan dalam Undang-Undang Kesehatan Nomor 17 Tahun 2023, yang menyatakan bahwa kesehatan adalah keadaan sehat secara fisik, jiwa, dan sosial, bukan sekadar bebas dari penyakit, melainkan juga memungkinkan individu untuk hidup produktif (Kemenkes RI, 2023).

Kesehatan jiwa sendiri merupakan kondisi sejahtera mental yang memungkinkan individu menyadari potensinya, mengatasi stres kehidupan sehari-hari, bekerja secara produktif, dan berkontribusi pada komunitasnya (WHO, 2023). Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa juga menegaskan bahwa kesehatan jiwa mencakup perkembangan fisik, mental, spiritual, dan sosial, serta kemampuan individu untuk mengatasi tekanan dan berfungsi secara optimal. Dengan demikian, kesehatan jiwa adalah fondasi penting dalam mencapai kesejahteraan hidup, dan perlu mendapat perhatian agar tidak berkembang menjadi gangguan jiwa (Kemenkes RI, 2023).

Gangguan jiwa merupakan kondisi kesehatan yang ditandai dengan perubahan dalam pola pikir, emosi, atau perilaku, yang dapat mengganggu fungsi sosial dan produktivitas individu (Mueser, 2023). Gangguan ini bisa berupa disfungsi perilaku, psikologis, atau biologis yang menimbulkan penderitaan dan hambatan dalam menjalankan fungsi kehidupan sehari-hari (Maslim, 2019). Dalam UU No. 18 Tahun 2014, orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) didefinisikan sebagai individu yang mengalami gangguan dalam pikiran, perilaku, dan perasaan, yang termanifestasi dalam bentuk gejala atau perubahan perilaku bermakna (Kemenkes RI, 2023).

Gangguan jiwa jika tidak ditangani secara tepat, dapat berkembang menjadi gangguan jiwa berat, salah satunya adalah skizofrenia. Skizofrenia telah ditetapkan sebagai prioritas penanganan nasional oleh Kementerian Kesehatan RI (2023) karena dampaknya yang kompleks dan berkepanjangan. Gangguan ini ditandai dengan distorsi dalam berpikir, persepsi, emosi, bahasa, dan perilaku, sehingga individu kesulitan membedakan antara realitas dan khayalan (Stuart, 2023; WHO, 2022). Skizofrenia juga menjadi salah satu masalah kesehatan mental yang memerlukan penanganan berkelanjutan, terutama karena prevalensinya yang terus meningkat dan menjadi perhatian nasional.

Pentingnya penanganan skizofrenia semakin diperkuat oleh data prevalensi gangguan jiwa yang menunjukkan tren peningkatan baik secara global maupun nasional. WHO mencatat bahwa pada tahun 2018 terdapat puluhan juta penderita gangguan jiwa, termasuk 21 juta dengan skizofrenia. Setahun kemudian, jumlahnya melonjak menjadi sekitar 970 juta jiwa, atau satu dari delapan orang, dengan depresi dan kecemasan sebagai gangguan paling umum. Pada tahun 2022, skizofrenia tercatat dialami oleh 24 juta orang di seluruh dunia (WHO, 2022). Studi *Global Burden of Disease* (GBD) menunjukkan bahwa kasus skizofrenia di Asia meningkat dari 8,42 juta pada 1990 menjadi 14,96 juta pada 2021.

Di Indonesia, Riskesdas 2013 mencatat prevalensi gangguan mental emosional sebesar 6%, dan skizofrenia sebesar 1,7 per 1.000 penduduk. Angka ini meningkat pada 2018 menjadi 6,7 per 1.000 rumah tangga, atau sekitar 452.250 jiwa. Data Kementerian Kesehatan RI tahun 2023 menunjukkan bahwa 0,4% rumah tangga memiliki anggota dengan gejala psikosis/skizofrenia, dan 0,3% telah terdiagnosis. Secara global, prevalensi seumur hidup skizofrenia diperkirakan antara 0,3–0,7% populasi. (Kemenkes RI, 2019). Di Kalimantan Barat, estimasi ODGJ mencapai 7,9 per 1.000 rumah tangga. Berdasarkan Sensus Penduduk 2020, jumlah rumah tangga di provinsi tersebut adalah 1.287.645, sehingga diperkirakan terdapat sekitar 40.689 jiwa ODGJ. Data ini menegaskan bahwa skizofrenia tetap menjadi masalah kesehatan jiwa yang serius dan membutuhkan penanganan berkelanjutan. Salah satu masalah yang

sering dialami oleh pasien dengan gangguan jiwa berat, khususnya skizofrenia, adalah gangguan harga diri rendah.

Harga diri rendah merupakan kondisi psikologis yang ditandai dengan adanya penilaian negatif terhadap kemampuan dan nilai diri sendiri. Individu yang mengalaminya cenderung merasa tidak berharga, tidak kompeten, dan kehilangan kepercayaan diri, terutama ketika gagal memenuhi standar atau harapan ideal (Mueser, 2023). Kondisi ini tidak hanya memengaruhi persepsi diri, tetapi juga memperburuk kondisi psikologis individu, terutama ketika muncul akibat pengalaman kegagalan, penolakan sosial, atau stigma yang berlarut-larut (Schulze et al., 2020). Penurunan harga diri yang berlangsung lama dapat menyebabkan individu merasa tidak berharga, tidak berarti, dan kehilangan kepercayaan diri. Ketika seseorang merasa gagal dalam mencapai ideal diri, evaluasi negatif terhadap diri sendiri semakin menguat (Keliat et al., 2023).

Berbagai faktor dapat memicu munculnya harga diri rendah. Faktor predisposisi seperti kondisi biologis, psikologis, sosial, dan kultural, serta faktor presipitasi seperti kehilangan orang yang dicintai, perubahan penampilan, atau penurunan produktivitas, turut berperan. Selain itu, dinamika keluarga seperti penolakan orang tua, harapan yang tidak realistis, dan kurangnya dukungan emosional juga menjadi pemicu utama (Yosep, 2023). Anak-anak yang mengalami kekerasan emosional atau pengabaian sejak dini cenderung tumbuh dengan citra diri negatif (Pfaltz et al., 2022). Faktor eksternal seperti stigma sosial dan diskriminasi terhadap kondisi mental juga memperkuat perasaan tidak berharga. Individu yang terus-menerus menerima perlakuan diskriminatif dari lingkungan dapat mengalami internalisasi stigma, yang berdampak langsung pada penurunan harga diri (Mane et al., 2022). Ketika memasuki masa remaja, individu yang merasa tidak dihargai atau ditolak oleh lingkungan sosialnya berisiko mengalami gangguan harga diri. Penolakan dari teman sebaya, kegagalan akademik, atau tekanan sosial dapat memperkuat perasaan tidak cukup baik (Beckers et al., 2023). Di masa dewasa awal, kegagalan dalam pendidikan, pekerjaan, atau hubungan sosial semakin memperkuat perasaan

tidak mampu, terutama jika individu tidak memiliki fondasi harga diri yang kuat sejak masa kecil (Elshanum, 2024). Lingkungan yang menuntut secara berlebihan dan membandingkan kemampuan individu secara tidak proporsional juga dapat memperburuk tekanan psikologis (Jung et al., 2024). Pasien dengan harga diri rendah ini juga sering terpapar dengan pengalaman sosial negatif, seperti diskriminasi verbal, penghinaan, dan ejekan (Sarsilah et al., 2024). Ucapan kasar yang diterima dari keluarga atau masyarakat memiliki korelasi kuat dengan semakin parahnya gangguan harga diri rendah (Sarraf et al., 2022). Studi di Eropa menunjukkan bahwa komentar negatif dari lingkungan sosial merupakan prediktor kuat dari harga diri rendah (Gagiu et al., 2025). Pasien skizoprenia yang mengalami harga diri rendah apabila dibiarkan akan dapat menimbulkan dampak negatif bagi pasien.

Dampak dari harga diri rendah sangat luas dan dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan pasien jiwa. Penurunan fungsi sosial, isolasi, dan ketakutan tidak diterima oleh lingkungan menjadi konsekuensi umum. Jika tidak ditangani dengan tepat, kondisi ini dapat berkembang menjadi halusinasi, di mana pasien mendengar suara atau bisikan yang memberi perintah, sehingga berisiko melakukan tindakan kekerasan (Wulandari et al., 2024). Harga diri rendah berpotensi menimbulkan gangguan sekunder lain seperti ketidakberdayaan, serta memperparah gejala psikotik (Ritsher et al., 2020; Cavelti et al., 2021). Bahkan, dalam kasus yang lebih ekstrem, harga diri rendah dapat meningkatkan risiko bunuh diri (Videbeck, 2022). Dampak buruk ini dapat mungkin terjadi dikarenakan Pasien dengan harga diri rendah umumnya memiliki konsep diri negatif.

Konsep diri merupakan pandangan individu terhadap dirinya sendiri yang terbentuk dari pengalaman, interaksi sosial, dan penilaian diri. Gangguan konsep diri secara terus-menerus apabila dibiarkan maka akan menyebabkan pola pikir negatif dan maladaptif (Stuart, 2016). Salah satu penatalaksanaan yang tepat dan cepat dan relevan dapat mengubah konsep diri negatif menjadi lebih positif dan adaptif yaitu salah satunya dengan ucapan /kata kata yang positif yang disebut afirmasi positif.

Afirmasi positif merupakan kalimat motivatif yang diulang secara konsisten untuk memprogram ulang pikiran, kepercayaan, dan cara pandang negatif terhadap diri sendiri (Agustin & Handayani, 2017). Kalimat ini mampu memengaruhi pikiran sadar dan bawah sadar, sehingga berdampak pada pola pikir, kebiasaan, dan perilaku (Saputra, 2021). Afirmasi positif merupakan pernyataan yang berisi harapan atau cita-cita yang ditanamkan melalui pikiran atau tulisan. Melalui pernyataan positif yang diulang secara sadar, pasien belajar membangun persepsi baru terhadap dirinya, menggantikan pola pikir negatif dengan keyakinan yang lebih realistis dan konstruktif (Anggraini et al., 2023). Pemilihan pemberian terapi afirmasi positif dilakukan karena berdasarkan efektivitasnya terbukti secara ilmiah dan klinis melalui beberapa penelitian.

Penelitian Niman dan Surbakti (2022) menemukan bahwa afirmasi positif mampu meningkatkan harga diri pasien dengan cara mengubah pola pikir negatif menjadi lebih positif. Temuan ini menunjukkan bahwa afirmasi tidak hanya berdampak pada aspek kognitif, tetapi juga pada persepsi diri secara keseluruhan. Penelitian oleh Ardania et al. (2024) memperkuat temuan tersebut dengan menunjukkan bahwa afirmasi positif efektif dalam memperbaiki persepsi diri, mengurangi pikiran negatif, dan meningkatkan harga diri pasien. Intervensi ini dinilai layak untuk diterapkan sebagai bagian dari asuhan keperawatan jiwa, terutama bagi pasien dengan gangguan harga diri rendah. Hal serupa juga disampaikan oleh Widanarko et al. (2023), yang meneliti penerapan afirmasi positif pada pasien gangguan jiwa, khususnya skizofrenia. Hasilnya menunjukkan bahwa terapi ini membantu membentuk pola pikir yang lebih sehat, memperkuat citra diri, dan meningkatkan kualitas hidup. Oleh karena itu, afirmasi positif direkomendasikan sebagai intervensi non-farmakologis yang dapat diterapkan secara rutin dalam perawatan keperawatan jiwa.

Lusiana et al. (2024) turut menyimpulkan bahwa afirmasi positif membantu pasien mengatasi persepsi negatif terhadap diri sendiri dan membentuk pola pikir yang lebih sehat. Intervensi ini dinilai efektif dalam meningkatkan kualitas hidup pasien dengan gangguan harga diri rendah. Sementara itu, Septyanti et al. (2024) menunjukkan bahwa terapi afirmasi positif memberikan dampak nyata terhadap

peningkatan skor harga diri pasien. Dua dari tiga pasien yang diteliti mengalami peningkatan dari kategori rendah ke tinggi, sementara satu pasien menunjukkan perbaikan meskipun masih dalam kategori rendah. Selain itu, jumlah tanda dan gejala harga diri rendah juga menurun secara signifikan. Hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa terapi afirmasi positif terbukti sebagai intervensi yang efektif dalam meningkatkan harga diri, memperbaiki persepsi diri, dan mendukung pemulihan psikososial pasien dengan gangguan jiwa. Intervensi ini layak dijadikan bagian dari strategi asuhan keperawatan jiwa yang berkelanjutan dan berorientasi pada pemulihan dan peningkatan harga diri pasien dengan harga diri rendah.

Berdasarkan data dari instalasi rawat inap di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Kalimantan Barat, tercatat sebanyak 2.430 pasien gangguan jiwa dirawat sepanjang Januari hingga Desember 2023. Jumlah ini meningkat tajam pada tahun berikutnya, yaitu sebanyak 10.367 pasien sepanjang Januari hingga Desember 2024. Selanjutnya, berdasarkan survei yang dilakukan penulis pada bulan Juli 2025, jumlah pasien rawat inap saat itu tercatat sebanyak 548 jiwa. Dari jumlah tersebut, sebanyak 351 pasien atau sekitar 64% mengalami gangguan harga diri rendah namun tidak termasuk ruangan GMO dan ruangan Napza karena beberapa sebab yang menyebabkan ruangan tersebut tidak masuk dalam kriteria pasien yang dapat diukur dengan instrumen *Rosern Berg Self Esteem Scale*.

Hasil wawancara dengan menggunakan instrument *Rosenberg Self-Esteem Scale* pada 10 pasien yang dirawat di Ruang Cendana pada bulan Agustus 2025. Hasilnya menunjukkan bahwa 10 pasien mengalami harga diri rendah dengan skor harga diri kurang dari 15. Melihat tingginya jumlah pasien dengan harga diri rendah ini dan memandang bahwa harga diri rendah sebagai akar permasalahan sekaligus sebagai masalah utama yang apa bila tidak ditangani dengan baik akan memberikan dampak negatif lain yang dapat mengancam keberlangsungan hidup pasien, sehingga penulis tertarik untuk menggunakan terapi afirmasi positif sebagai intervensi keperawatan.

Afirmasi positif dipilih karena terbukti efektif, aplikatif, dan bersifat sederhana, tidak invasif, dan dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien. Dengan memandang afirmasi positif sebagai pendekatan yang relevan, praktis, dan berpotensi memberikan pengaruh positif yang berkelanjutan bagi pasien di lingkungan rumah sakit jiwa, penulis tertarik untuk melakukan Analisis Penerapan Terapi Afirmasi Positif Pada Tn A Dengan Harga Diri Rendah Kronis yang dirawat di Ruang Cendana Rumah Sakit Jiwa provinsi Kalimantan Barat.

B. Rumusan masalah

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan pada latar belakang di atas maka masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Analisis Penerapan Terapi Afirmasi Positif Pada Tn. A Dengan Harga Diri Rendah Kronis Yang Dirawat Di Ruang Cendana Rumah Sakit Jiwa Provinsi Kalimantan Barat.”

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Mengetahui Analisis Penerapan Terapi Afirmasi Positif Pada Tn A Dengan Harga Diri Rendah Kronis Yang Dirawat Di Ruang Cendana Rumah Sakit Jiwa Provinsi Kalimantan Barat.”

2. Tujuan khusus

- a. Diidentifikasinya gambaran tingkat harga diri pasien Tn A sebelum diberikan terapi generalis harga diri rendah
- b. Diidentifikasinya hasil Asuhan keperawatan pasien harga diri rendah dari pengkajian, diagnosa, rencana keperawatan, implementasi dan evaluasi.
- c. Diidentifikasinya gambaran tingkat harga diri pasien Tn A setelah dilakukan terapi generalis harga diri rendah
- d. Diidentifikasinya gambaran tingkat harga diri pasien Tn A setelah diberikan terapi afirmasi positif
- e. Diidentifikasinya Analisis penerapan terapi afirmasi positif terhadap peningkatan harga diri pasien dengan harga diri rendah kronis.

D. Manfaat

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah manfaat secara teoritis dan secara praktis

1. Secara teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pasien untuk meningkatkan harga diri pasien gangguan jiwa yang dirawat di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Kalimantan Barat. Penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai sumber penelitian selanjutnya dalam pengembangan ilmu keperawatan.

2. Secara praktis

- a. Bagi Peneliti

Penulis dapat menambah wawasan dan pengalaman dalam penelitian serta memberikan wacana baru bagi peneliti tentang terapi afirmasi positif pada pasien gangguan jiwa yang mengalami harga diri rendah kronis yang dirawat di Rumah Sakit Jiwa Provinsi dikota Singkawang

- b. Bagi pasien gangguan jiwa

Studi kasus ini diharapkan dapat diterapkan untuk meningkatkan harga diri pasien gangguan jiwa.

- c. Bagi Rumah Sakit Jiwa Provinsi

Studi kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pihak Rumah Sakit Jiwa Provinsi dikota Singkawang Sebagai tambahan dalam pemberian intervensi untuk meningkatkan harga diri pasien yang dirawat di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Kalimantan Barat.

- d. Bagi Instansi Pendidikan Keperawatan

Studi kasus ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dan pertimbangan, dan pembelajaran, dalam proses belajar mengajar khususnya dalam keperawatan jiwa dalam penerapan terapi afirmasi positif.