

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Bab ini akan membahas tentang latar belakang, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian.

#### **A. Latar Belakang**

Gangguan jiwa merujuk pada kondisi maladaptif yang mengganggu pola pikir, perasaan, dan perilaku individu, sehingga menyebabkan ketidaknyamanan, disfungsi, dan kesulitan dalam menjalani kehidupan sehari-hari, termasuk dalam hubungan interpersonal dan peran sosial (Stuart, 2022). Dampak dari gangguan jiwa sering kali tidak hanya dirasakan oleh individu yang mengalaminya, tetapi juga oleh keluarga mereka yang merasa kewalahan dalam memberikan dukungan (Townsend, 2023). Gangguan kesehatan mental ini, termasuk kondisi seperti depresi dan gangguan bipolar.

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), lebih dari 300 juta orang di seluruh dunia menderita depresi, lebih dari 60 juta orang di seluruh dunia menderita gangguan bipolar, dan 23 juta orang menderita masalah mental yang serius seperti skizofrenia dan psikosis lainnya. Diperkirakan 1 dari 7 (14%) anak usia 10 -19 tahun mengalami kondisi kesehatan mental emosional (WHO, 2018). Pada tahun 2019, 1 dari 8 orang (atau 970 juta orang) di seluruh dunia menderita gangguan jiwa (WHO, 2022). Data tersebut menunjukkan betapa besarnya beban gangguan kesehatan mental di seluruh dunia, mencakup berbagai spektrum kondisi, dari depresi hingga gangguan serius seperti skizofrenia.

Skizofrenia merupakan gangguan neurobiologis yang dapat mengakibatkan seseorang mengalami gangguan kognitif, persepsi, emosi, perilaku, dan sosialisasi (Townsend, 2023). Skizofrenia dipandang sebagai gangguan jangka panjang yang membutuhkan perawatan berkelanjutan. (Keltner, N. L, & Hamer, M, 2017). Faktor genetik, lingkungan, dan neurobiologis berperan dalam perkembangan gangguan ini. (Townsend, 2023). Oleh karena adanya kompleksitas faktor-faktor tersebut yang berkontribusi

pada perkembangan skizofrenia, tidak mengherankan jika prevalensinya menunjukkan peningkatan secara global.

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), jumlah penderita skizofrenia di dunia meningkat dari 21 juta jiwa pada tahun 2020 menjadi 24 juta jiwa pada 2022 (WHO, 2022). Peningkatan ini juga tercermin di Indonesia, dimana menurut data Kemenkes, prevalensi skizofrenia meningkat dari sekitar 248.000 jiwa pada 2013 menjadi 450.000 jiwa pada 2018 (Kemenkes, 2013; Kemenkes, 2018). Kenaikan jumlah penderita skizofrenia ini menunjukkan bahwa kondisi ini semakin mendesak untuk mendapatkan perhatian lebih. Data tersebut menegaskan bahwa skizofrenia membutuhkan penanganan yang tepat untuk mencegah peningkatan jumlah serta timbulnya berbagai masalah serius yang dapat memengaruhi setiap aspek kehidupan penderita.

Salah satu permasalahan yang muncul adalah penurunan harga diri pada penderita skizofrenia, yang terlihat dalam ketidakmampuan mereka merasa percaya diri dalam membuat keputusan, baik dalam kehidupan pribadi, pekerjaan, maupun hubungan sosial (Keliat, 2016). Harga diri rendah dijelaskan sebagai ketidakmampuan individu untuk menerima dan menghargai diri sendiri, yang sering kali terkait dengan perasaan rendah diri dan ketidakpuasan terhadap diri (Rosenberg, M. 2017). Perasaan *inferioritas* ini terkait erat dengan kesulitan mereka dalam mengatasi tekanan emosional, yang dapat menyebabkan mereka merasa tidak berdaya dalam menghadapi tantangan hidup sehari-hari (Stuart, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Holt-Lunstad et al., (2016), Bird et al., (2017), dan Donnellan (2016) mengungkapkan bahwa harga diri rendah yang bersifat kronis pada pasien skizofrenia dapat memperburuk kondisi mereka, dengan memicu isolasi sosial, perubahan persepsi sensori seperti halusinasi, serta meningkatkan risiko perilaku kekerasan. Hal ini menunjukkan bahwa harga diri rendah bukan hanya memengaruhi kualitas hidup pasien, tetapi juga dapat memperburuk gejala skizofrenia, menjadikannya masalah keperawatan yang perlu penanganan serius.

Lebih lanjut, penelitian Henriksen et al., (2017), menyebutkan bahwa harga diri berhubungan erat dengan kemampuan seseorang untuk memiliki sikap atau perilaku yang menguntungkan terhadap dirinya sendiri dan untuk mempertahankan keyakinan positif tersebut dalam situasi yang penuh tantangan, terutama situasi ketika dievaluasi oleh orang lain. Jika tidak segera ditangani, harga diri rendah dapat berkembang menjadi gangguan mental yang lebih serius, memperburuk kondisi psikologis pasien dan meningkatkan risiko gangguan jiwa lainnya (Orth & Robins, 2019). Oleh karena itu, penting untuk memberikan terapi yang tepat guna mencegah dampak lebih lanjut dari harga diri rendah yang tidak tertangani.

Psikoterapi untuk pasien dengan harga diri rendah kronis memerlukan pendekatan yang holistik dan berfokus pada pemulihan konsep diri serta peningkatan rasa percaya diri (Stuart, 2016). Salah satu terapi modalitas yaitu terapi kognitif prilaku didasarkan pada prinsip bahwa perubahan dalam cara berpikir dapat menghasilkan perubahan dalam perasaan dan perilaku (Varcarolis & Halter 2017). Sebagai bagian dari salah satu terapi ini, terapi afirmasi positif yang merupakan bagian dari terapi kognitif-prilaku memainkan peran penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis, terutama dengan cara mengurangi stres dan meningkatkan rasa percaya diri, yang pada gilirannya mendukung perkembangan harga diri yang lebih sehat (Lyubomirsky, 2020).

Penggunaan terapi afirmasi positif membantu individu dalam mengidentifikasi dan menegaskan nilai-nilai inti pribadi mereka, yang pada gilirannya memperkuat harga diri dan ketahanan dalam menghadapi tantangan hidup (Dutcher et al., 2020). Kunci dari terapi afirmasi positif terletak pada penggunaan afirmasi yang mengingatkan individu tentang kualitas positif yang mereka miliki, suatu pendekatan yang telah terbukti efektif dalam meningkatkan harga diri (Dolan & Garcia, 2020). Lebih jauh lagi, terapi ini memberi ruang bagi individu untuk mengenali dan menghargai kemampuan serta kualitas diri mereka, bahkan ketika mereka sebelumnya merasa tidak cukup baik (Tornero-Aguilera et al., 2024). Dengan demikian, beberapa

penelitian diatas menggambarkan efektifitas terapi afirmasi positif bagi pasien dengan harga diri rendah, sebagai alat yang efektif untuk memperbaiki pandangan mereka terhadap diri sendiri dan dunia sekitar.

Efektivitas terapi ini dapat dilihat dalam penelitian yang dilakukan oleh Ardania (2024) dalam judul "Efektivitas Terapi Afirmasi Positif pada Pasien Harga Diri Rendah di Ruang Sena Rumah Sakit Jiwa Dr Arif Zainudin Surakarta" menyimpulkan bahwa terapi afirmasi positif cukup efektif dalam meningkatkan harga diri pasien dengan masalah harga diri rendah. Temuan ini sejalan dengan penelitian Ardika et al., (2021) dalam studi mereka "Pengaruh Terapi Afirmasi Positif Terhadap *Quality of Life* Pasien Harga Diri Rendah Pada Skizofrenia di RSJD Dr. Arif Zainudin Surakarta", yang juga menyimpulkan bahwa afirmasi positif memiliki pengaruh positif dan dapat diterapkan pada pasien harga diri rendah. Selain itu, penelitian Widanarko et al., (2023) dalam judul "Pengaruh Afirmasi Positif terhadap Harga Diri Pasien dengan Harga Diri Rendah di Ruang Stabilisasi Laki-laki PKJN RSJ Dr. H. Marzoeki Mahdi Bogor" menyimpulkan adanya pengaruh afirmasi positif terhadap peningkatan harga diri pasien. Penelitian-penelitian ini secara konsisten menunjukkan bukti yang kuat akan pengaruh positif dari afirmasi terhadap peningkatan harga diri pasien, menegaskan pentingnya terapi ini dalam konteks klinis.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti untuk mengetahui jumlah pasien yang mengalami harga diri rendah kronis di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Kalimantan Barat dengan menyebarkan kuisioner *Rosenberg's Self Esteem Scale (RSES)* pada bulan Januari 2025, didapatkan bahwa dari total 463 pasien, terdapat 291 pasien atau sekitar 63% mengalami harga diri rendah. Temuan ini memperkuat pentingnya perhatian khusus terhadap terapi yang dapat membantu meningkatkan harga diri pasien, mengingat jumlah yang sangat besar dari mereka yang berada dalam kondisi tersebut.

Peneliti juga melakukan studi pendahuluan melalui observasi yang menunjukkan bahwa Rumah Sakit Jiwa Provinsi Kalimantan Barat telah menerapkan terapi generalis yang berfokus pada penggalian kemampuan

positif pasien dalam menangani kondisi harga diri rendah kronis. Pendekatan ini menekankan pada identifikasi dan pengembangan potensi yang telah dimiliki pasien, sebagai upaya memperkuat persepsi diri yang positif. Sementara itu, terapi afirmasi positif lebih menitikberatkan pada perubahan pola pikir negatif melalui pengulangan kalimat-kalimat positif secara konsisten. Terapi afirmasi positif unggul dalam hal kemudahan, fleksibilitas, dan fokus pada perubahan internal. Ini sangat efektif untuk pasien yang membutuhkan pendekatan personal dan ingin membangun pola pikir positif. Namun, meskipun pendekatan tersebut sudah diterapkan, tidak ada modul terapi afirmasi positif yang tersedia sebagai bagian dari program perawatan. Sebagai gantinya, perawat hanya memberikan kata-kata semangat kepada pasien yang mengalami harga diri rendah saat mereka ingin bercerita. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan dalam pendekatan terapi yang diterapkan, yang seharusnya lebih terstruktur dan berbasis bukti, termasuk penerapan terapi afirmasi positif yang dirancang khusus untuk meningkatkan harga diri pasien.

Merujuk pada temuan diatas, penerapan terapi yang efektif menjadi hal yang sangat mendesak. Penelitian ini ditujukan untuk mengisi kekosongan dalam penerapan terapi afirmasi positif yang lebih terstruktur dan untuk memberikan kontribusi pada peningkatan kualitas perawatan bagi pasien dengan harga diri rendah kronis di rumah sakit jiwa tersebut. Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk menulis Karya Ilmiah Akhir dengan judul "Analisis Penerapan Terapi Afirmasi Positif pada Tn. S dengan Harga Diri Rendah Kronis di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Kalimantan Barat".

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Bagaimana Penerapan Terapi Afirmasi Positif pada Tn. S dengan Harga Diri Rendah Kronis di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Kalimantan Barat"

### C. Tujuan

#### 1. Tujuan umum

Tujuan umum penulisan karya ilmiah akhir ini adalah untuk mendapatkan gambaran penerapan terapi afirmasi positif pada Tn. S dengan harga diri rendah kronis di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Kalimantan Barat.

#### 2. Tujuan khusus

- a. Menganalisis asuhan keperawatan pada Tn. S dengan harga diri rendah kronis yang dilakukan penerapan intervensi terapi afirmasi positif di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Kalimantan Barat.
- b. Menganalisis penerapan intervensi terapi afirmasi positif pada Tn. S dengan harga diri rendah kronis yang dilakukan penerapan intervensi di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Kalimantan Barat.
- c. Menganalisis faktor penunjang atau penghambat dalam penerapan terapi afirmasi positif pada asuhan keperawatan Tn. S dengan harga diri rendah kronis.

### D. Manfaat

#### 1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi penting pada pemahaman terapi berbasis bukti untuk masalah harga diri rendah kronis. Hal ini penting untuk mengembangkan terapi yang lebih efektif, terutama dalam konteks layanan kesehatan mental.

#### 2. Manfaat praktis

Hasil dari hasil tugas akhir ini diharapkan dapat menjadi panduan dalam penerapan salah satu psikoterapi pada pasien yang mengalami masalah harga diri rendah kronis dengan terapi afirmasi positif.