



PENERAPAN TERAPI AFIRMASI POSITIF TERHADAP QUALITY OF LIFE PASIEN HARGA DIRI RENDAH DIRUANG SRIKANDI DI RSJD DR. ARIF ZAINUDIN SURAKARTA

Narisa Wahyu Surantini¹, Norman Wijaya Gati², Suyatno³

^{1,2}Universitas 'Aisyiyah Surakarta

³Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. Arif Zainudin Surakarta

Email Korespondensi: ¹ nisul7115@gmail.com

ABSTRAK

Harga diri rendah adalah perasaan negatif terhadap dirinya sendiri menyebabkan kehilangan rasa percaya diri, pesimis, dan tidak berharga di kehidupan. Kualitas hidup yang tidak baik sering dikaitkan dengan perasaan tertekan, kurangnya kontrol atas gejala yang timbul dan kehidupan individu, maka kualitas hidup akan menyebabkan seseorang menderita harga diri rendah yang beresiko muncul masalah gangguan jiwa lain. Salah satu terapi generalis yang dapat menjadi terapi untuk pasien harga diri rendah yaitu terapi afirmasi positif yang mampu meningkatkan kualitas hidup. Tujuan : Mengetahui hasil implementasi Penerapan Terapi Afirmasi Positif Terhadap *Quality Of Life* Pasien Harga Diri Rendah. Metode : Jenis penelitian ini studi kasus yang menggunakan metode penelitian deskriptif dengan menggunakan alat ukur *WHOQOL* dan SOP afirmasi positif. Hasil : Kualitas hidup sebelum dilakukan terapi afirmasi positif pada kedua responden termasuk dalam kualitas hidup sedang, kualitas hidup setelah dilakukan terapi afirmasi positif termasuk kualitas baik dan sangat baik. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan kualitas hidup pada responden dengan kualitas hidup sebelum dan sesudah dilakukan intervensi terapi afirmasi positif. Kesimpulan : Terdapat peningkatan perkembangan pada responden dengan kualitas hidup sebelum dan sesudah dilakukan intervensi terapi afirmasi positif pada pasien harga diri rendah.

Kata Kunci : *Quality of Life, Terapi Afirmasi Positif, Harga Diri Rendah, Gangguan Jiwa*

ABSTRACT

Low self-esteem is a negative feeling towards oneself causing loss of self-confidence, pessimism, and worthlessness in life. Poor quality of life is often associated with feelings of depression, lack of control over the symptoms that arise and individual life, so the quality of life will cause a person to suffer from low self-esteem which is at risk of developing other mental disorders. One of the generalist therapies that can be used as therapy for patients with low self-esteem is positive affirmation therapy which can improve the quality of life. Objective: To find out the results of implementing Positive Affirmation Therapy on the Quality of Life of Low Self-Esteem Patients. Method: This type of research is a case study using descriptive research

methods using the WHOQOL measuring instrument and positive affirmation SOP. Results: Quality of life before positive affirmation therapy for both respondents is included in moderate quality of life, quality of life after positive affirmation therapy includes good quality and Very good. This shows that there is an increase in the quality of life of respondents with quality of life before and after the intervention of positive affirmation therapy. Conclusion: There is an increase in the development of respondents with quality of life before and after the intervention of positive affirmation therapy in patients with low self-esteem.

Keywords: *Quality Of Life, Positive Affirmation Therapy, Low Self-Esteem, Distractions Soul*

PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa diartikan sebagai keadaan sejahtera, dimana individu memiliki kemampuan untuk menyadari potensi yang ada dalam dirinya, dapat mengatasi tekanan kehidupan yang terjadi, bekerja secara produktif dan dapat berkontribusi dalam komunitasnya. Individu yang sering mengalami tekanan emosional, distress dan terganggunya fungsi (disfungsi), akan berpotensi cukup besar mengalami gangguan jiwa yang dikenal dengan istilah orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) (Rahayu & Daulima, 2019).

Kesehatan jiwa masih menjadi salah satu permasalahan Kesehatan yang signifikan di dunia, termasuk di Indonesia. Prevalensi gangguan jiwa di seluruh dunia menurut data WHO, (World Health Organization) pada tahun 2019, terdapat 264 juta orang mengalami depresi, 45 juta orang menderita gangguan bipolar, 50 juta orang mengalami demensia, dan 20 juta orang jiwa mengalami skizofrenia. Skizofrenia adalah gangguan jiwa terbesar yaitu terdapat 70%. Pasien rawat inap di rumah sakit jiwa dengan diagnose Skizofrenia menempati 90% di seluruh Indonesia. (Wayan et al, 2020) Penderita gangguan jiwa di Propinsi Jawa Tengah dari tahun ke tahun terus meningkat. Propinsi Jawa Tengah dari 33 propinsi di Indonesia menempati peringkat kelima terbanyak dengan hasil 9% dari jumlah penderita gangguan jiwa di Indonesia. (Wijaya & Rahayu, 2019) Laporan daerah Propinsi Jawa Tengah pada bulan Mei tahun 2020 di 35 daerah terdapat 25% satu di antara empat orang mengalami gangguan jiwa ringan. Gangguan jiwa berat kurang lebih 12 ribu orang atau rata-rata 1,7 per/mil. (Wayan et al, 2020). Di Indonesia, dengan berbagai faktor biologis, psikologis dan sosial dengan keanekaragaman penduduk; maka jumlah kasus gangguan jiwa terus bertambah yang berdampak pada penambahan beban negara dan penurunan produktivitas manusia untuk jangka panjang (Kemenkes RI, 2019).

Skizofrenia adalah gangguan jiwa berat yang banyak terdapat dimasyarakat. Skizofrenia berasal dari bahasa Yunani yaitu schistos yang berarti terpecah atau terpotong dan phren yang berarti otak. Skizofrenia merupakan salah satu penyakit otak yang serius yang tampak dimana seseorang akan mengalami gangguan persepsi dalam panca inderanya, perasaan negatif terhadap dirinya dan orang lain, kurang motivasi dalam bekerja, inkohern saat berbicara dan tidak mampu merawat diri sendiri. (Wijaya & Rahayu, 2019). Klien harga diri rendah beresiko akan muncul masalah gangguan jiwa lain apabila tidak segera diberikan terapi dengan benar, karena klien dengan harga diri rendah cenderung mengurung diri dan menyendiri, kebiasaan itulah yang memicu munculnya masalah isolasi sosial. Isolasi sosial menyebabkan pasien harga diri rendah tidak dapat memusatkan perhatian, sehingga menyebabkan suara atau bisikan muncul dan menimbulkan masalah halusinasi, serta masalah lain yang kemudian terjadi merupakan resiko perilaku kekerasan, rasa tidak terima tentang suatu hal karena merasa direndahkan seseorang maupun suara bisikan yang menghasut untuk melakukan tindakan merusak lingkungan dan menciderai orang lain menurut (Wijayati et al., 2020).

Kualitas hidup yang tidak baik sering dikaitkan dengan perasaan tertekan, kurangnya kontrol atas gejala yang timbul dan kehidupan individu secara umum. Sebaliknya, kualitas

hidup yang baik ditandai dengan perasaan sejahtera, kontrol dan otonomi terhadap diri sendiri, persepsi diri yang positif, rasa memiliki, partisipasi dalam kegiatan yang menyenangkan dan bermakna, dan pandangan yang positif tentang masa depan. Pengkajian kualitas hidup yang berhubungan dengan gangguan jiwa berfokus pada gejala, penurunan dan ketidakmampuan individu yang berdampak pada gangguan jiwa berat dari kesengsaraan jangka panjang dan penyakit yang membuat disable seperti Skizofrenia (Sulistyowati et al, 2020).

Menurut penelitian Noviana et al., 2021 salah satu terapi generalis yang dapat dilakukan pada asuhan keperawatan pasien dengan harga diri rendah kronik adalah terapi afirmasi positif. Afirmasi merupakan suatu teknik dimana individu mengatakan sesuatu pada diri sendiri berulang kali yang dapat disuarakan secara lantang maupun dalam hati. Suatu afirmasi dapat tertanam dalam alam bawah sadar individu yang selanjutnya dapat mengubah reaksi, perilaku, kebiasaan, dan tindakan dalam respons individu terhadap kata-kata berulang (Zebua et al., 2022). Terapi afirmasi positif bertujuan untuk membentuk pemahaman individu mengenai dirinya dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial sehingga dapat membantu individu untuk mencintai dirinya, meningkatkan rasa percaya diri, serta membantu individu untuk memandang dirinya dengan cara yang lebih positif.

Menurut penelitian (Noviana et al., 2021), Peningkatan kualitas hidup pasien harga diri rendah pada skizofrenia yang diberikan terapi afirmasi positif dan yang diberikan SP harga diri rendah, masing-masing mengalami peningkatan dengan nilai koefisiensi yang positif dan juga menjelaskan terapi afirmasi positif juga dapat meningkatkan kebugaran dan kesehatan seseorang, tingkat kebahagiaan, perasaan berharga, dan lebih tenang dalam keadaan sedih. Menurut penelitian Laras (2023), terapi ini efektif dalam pembentukan harga diri positif pada pasien dengan skizofrenia. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan yang cukup signifikan setelah dilakukan pemutaran audio afirmasi dalam keadaan gelombang theta otak (sebelum tidur dan pada saat bangun tidur) pada pasien dengan harga diri rendah.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang sudah dilakukan pada tanggal 21 Juni 2023, diperoleh data pasien dibangsal Srikandi yang mengalami harga diri rendah di Rsjd Dr. Arif Zainudin Surakarta sebanyak 2 pasien. Berdasarkan hasil pengukuran kualitas hidup dengan 2 pasien yang mengalami harga diri rendah, semua menunjukkan hasil kualitas hidup dengan skor sedang. Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan penerapan terapi Afirmasi Positif pada klien harga diri rendah untuk mengeksplorasi aspek positif, meningkatkan kualitas hidup dan harga dirinya.

METODE PENELITIAN

Desain penulisan karya ilmiah ini yaitu studi kasus deskriptif. Tempat pengambilan data dan penerapan terapi, subyek dalam penerapan ini berjumlah dua responden yang menderita harga diri rendah di ruang srikandi RSJD Dr. Arif Zainudin Surakarta. waktu penerapan dimulai dari bulan Juni – Juli 2023, penerapan dilakukan selama 3 hari dalam satu hari dilakukan 2 kali pemberian terapi. Instrumen menggunakan kuesioner *WHOQOL* dan SOP afirmasi positif.

HASIL PENELITIAN

Penerapan karya ilmiah ini dilakukan pada tanggal yang sama antara Ny. N dan Nn.A yaitu dilakukan pada tanggal 28 Juni 2023. Setelah melakukan wawancara pada pasien dan observasi pada pasien. Penulis melakukan penerapan dengan memberikan pertanyaan pada kuesioner *WHOQOL* kemudian memberikan terapi afirmasi positif selama 2x sehari pada pagi dan siang hari, serta dilakukan selama 15 menit setiap intervensi. Hasil yang diperoleh sebagai berikut:

- a. Tingkat Kualitas hidup sebelum dilakukan penerapan terapi afirmasi positif

Tabel 4.1 Hasil observasi *WHOQOL* sebelum implementasi terapi afirmasi positif di bangsal srikandi Rsjd Dr. Arif Zainudin Surakarta

Nama	Hari	Skor WHOQOL	Tingkat Kualitas hidup
Ny. N	Senin	50	Sedang
Nn. A	Senin	50	Sedang

Berdasarkan table 4.1 diatas sebelum dilakukan terapi afirmasi positif menunjukan bahwa hasil kuesiner dengan skor 50. Hal ini menunjukan kualitas hidup pasien berada dikualitas hidup sedang.

- b. Tingkat Kualitas hidup setelah dilakukan penerapan terapi afirmasi positif

Tabel 4.2 Hasil observasi *WHO QOL* sesudah implementasi terapi afirmasi positif di bangsal srikandi Rsjd Dr. Arif Zainudin Surakarta

Nama	Hari	Skor WHO QOL	Tingkat Kualitas hidup
Ny. N	Rabu	79	Baik
Nn. A	Rabu	100	Sangat baik

Berdasarkan tabel 4.2 diatas setelah dilakukan terapi afirmasi positif kedua pasien menunjukan bahwa skor 79 pada Ny.N menunjukan kualitas hidup baik dan skor 100 pada Nn.A menunjukan kualitas hidup sangat baik. Hal ini menunjukan kedua pasien memiliki perbedaan kualitas hidup.

- c. Perkembangan tingkat Kualitas hidup sebelum dan sudah diberikan teknik terapi afirmasi positif

Tabel 4.3 Perkembangan skor WHOQOL selama penerapan terapi afirmasi positif pada pasien harga diri rendah di bangsal srikandi Rsjd Dr. Arif Zainudin Surakarta

Hari	skor	Kualitas hidup Ny. N	skor	Kualitas hidup Nn. A
Senin	50	Sedang	50	Sedang
	56	Sedang	63	Baik
Selasa	65	Baik	69	Baik
	73	Baik	87	Baik
Rabu	76	Baik	95	Sangat baik
	79	Baik	100	Sangat baik

Berdasarkan tabel 4.3 diatas menunjukan bahwa kualitas hidup setelah di lakukan terapi afirmasi positif terhadap 2 responden menunjukan bahwa ke dua responden memiliki tingkat perkembangan yang berbeda.

- d. Perbandingan hasil akhir antara 2 responden setelah diberikan teknik terapi afirmasi positif

Tabel 4.4 Hasil akhir penerapan pada kedua responden yang diberikan terapi afirmasi positif di bangsal srikandi Rsjd Dr. Arif Zainudin Surakarta

Responden	Skor	Kualitas hidup	Keterangan
Ny. N	79	Baik	Terjadi peningkatan kualitas hidup dilihat dari intepretasi skor WHOQOL sebanyak 29 poin

Nn. A	100	Sangat baik	Terjadi peningkatan kualitas hidup dilihat dari interpretasi skor WHOQOL sebanyak 50 poin
-------	-----	-------------	---

Berdasarkan tabel 4.4 diatas menunjukkan bahwa hasil penerapan antara dua responden didapat bahwa ke dua responden setelah diberikan terapi Afirmasi positif selama 3 hari terjadi peningkatan kualitas hidup, namun terjadi perbedaan peningkatan Kualitas hidup pada pasien Ny N sebelum diberikan terapi yaitu skor 50 dengan kualitas hidup sedang dan setelah diberikan terapi skor 79 dengan kualitas hidup baik yang artinya ada peningkatan 29 poin, Pada kualitas hidup pasien Ny A sebelum diberikan terapi yaitu skor 50 dengan kualitas hidup sedang dan setelah diberikan terapi skor 100 dengan kualitas hidup sangat baik yang artinya ada peningkatan 50 poin lebih meningkat dari pasien Ny. N.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penerapan terapi afirmasi positif dari kedua pasien dengan masalah harga diri rendah, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian terapi afirmasi positif terhadap kualitas hidup pasien dari hari pertama hingga hari ketiga dilakukan intervensi. Pembahasan ini bertujuan untuk menginterpretasikan data hasil penerapan kemudian dibandingkan dengan konsep teori dari penelitian sebelumnya terkait dengan judul penerapan.

Tingkat Kualitas hidup sebelum dilakukan penerapan terapi afirmasi positif

Kualitas hidup pada pasien Ny N dan Nn. A sebelum diberikan terapi afirmasi positif yaitu skor 50 dengan kualitas hidup sedang. Menurut Raeburn & Rootman, 2016 hal ini dipengaruhi oleh faktor kejadian dalam hidup berkaitan dengan tugas perkembangan dan stres yang ditimbulkannya. Ini terkait bagaimana kemampuan individu dalam menjalani tugas yang bahkan tugas tersebut memberikan tekanan tersendiri bagi individu. Hasil penelitian ini sependapat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Daulay (2021) hasil penelitian menunjukkan kualitas hidup orang dengan gangguan jiwa meliputi kualitas hidup secara umum, kepuasan kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial dan lingkungan. Tinjauan ini membantu menginformasikan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kualitas hidup orang dengan gangguan jiwa, seperti faktor dukungan keluarga, dukungan sosial, psikologis individu berupa koping, dan pengobatan yang dilakukan.

Hasil penelitian serupa juga ditemukan dalam penelitian Yulianti (2021) hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi kualitas hidup pasien skizofrenia yang dominan ada 2 yaitu fungsi keluarga, dukungan keluarga dan stigma diri. Faktor lainnya adalah harga diri rendah, daya tilik diri dan koping stress. Berdasarkan hasil penelitian dan teori diatas peneliti berasumsi bahwa kualitas hidup pasien ODGJ rendah diakibatkan oleh kondisi fisik, psikologis dan sosial yang dialami oleh pasien. Kurangnya perhatian dan dukungan sosial dari orang-orang sekitar membuat pasien merasa memiliki harga dirinya rendah akibatnya pasien menarik diri dari sosial dan merasa tertekan sehingga dapat menambah kualitas hidup yang rendah pada pasien hal ini karena pasien ODGJ merupakan seseorang yang sangat membutuhkan dukungan dari lingkungan sekitar seperti yang diketahui masalah kesehatan jiwa selalu berkaitan dengan sosial dimana adanya dukungan dari orang sekitar dapat menambah keyakinan, semangat serta percaya diri pasien sehingga hal ini dapat menjadi dorongan bagi pasien untuk meningkatkan kualitas hidupnya.

Tingkat Kualitas hidup setelah dilakukan penerapan terapi afirmasi positif

Kualitas hidup pada pasien Ny N dan Nn. A setelah diberikan terapi afirmasi positif hasil berbeda, Ny. N dengan skor 79 yang berarti kualitas hidup baik dan Nn. A dengan skor

100 yang berarti kualitas hidup sangat baik. perbedaan hasil terapi afirmasi dipengaruhi oleh munculnya emosional pasien. Emosional ini terjadi saat pasien merasa tidak mampu dalam mengatasi masalah. merasa tertekan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Monshed, yaitu menunjukkan hubungan positif antara pemulihan dan dukungan sosial yang dirasakan, pasien yang mendapatkan dukungan sosial yang kuat dan tingkat emosional yang stabil mengalami tingkat pemulihan yang sangat baik. Dijelaskan bahwa pasien yang memiliki hubungan yang kurang baik dengan keluarga, teman dan pasangan mengalami kesehatan mental yang lebih buruk dalam pemulihan. Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Eni (2020) hasil penelitian menunjukkan bahwa ada peningkatan skor harga diri dari kategori rendah menjadi kategori normal. Peneliti perlu mengidentifikasi aspek dan kemampuan positif sesuai dengan yang dimiliki klien. Peneliti membantu klien untuk memberikan penguatan dalam diri dan menghilangkan pikiran-pikiran negatif melalui ungkapan positif agar klien tidak merasa rendah diri.

Perkembangan tingkat Kualitas hidup sebelum dan sudah diberikan teknik terapi afirmasi positif

Terapi afirmasi positif yang diberikan pada pasien membuat kualitas hidup pasien meningkat, pada hari pertama kedua pasien memiliki hasil kualitas hidup yang sama yaitu skor 50 berada dikualitas hidup sedang, dihari kedua pasien Ny. N dan Nn. A mengalami peningkatan kualitas hidup dari sedang menjadi baik, dihari ketiga, kedua pasien memiliki tingkat kualitas hidup yang berbeda, dimana pasien Ny. N masih berada ditingkat kualitas hidup baik dengan skor 79 dan Nn.A mengalami peningkatan berada dikualitas hidup sangat baik dengan skor 100.

Kedua pasien memiliki perbedaan mengenai perkembangan psikologis. Perkembangan ini menurut Jahja (2015) dapat dilihat dari usia. Dimana pasien Ny. N dan Nn. A memiliki perbedaan usia . Ny. N berusia 20 tahun sedangkan Nn. A berusia 23 tahun. Menurut Erik H. Erikson bahwa usia dapat mempengaruhi perkembangan kepribadian seseorang. Kepribadian seseorang dalam mengatasi masalah sesuai usia dapat mempengaruhi peningkatan kualitas hidup. Hal ini sesuai dengan Widyastuti et al (2019) bahwa perkembangan psikologis dapat menyebabkan timbulnya kembali harga diri rendah, hal ini terjadi saat pasien merasa tidak mampu dalam mengatasi masalah.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori diatas peneliti berasumsi bahwa kualitas hidup dan harga diri sangat berhubungan erat dimana saat seseorang memiliki harga diri tinggi maka kualitas hidupnya juga sama yaitu tinggi dan sebaliknya, namun akan sulit untuk meningkatkan harga diri dan kualitas hidup pasien ODGJ hal ini karena stigma yang negatif dari lingkungan membuat pasien merasa kurang mendapatkan dukungan sehingga keyakinan dan kepercayaan diri sangat rendah sehingga membutuhkan tindakan yang sesuai dengan keadaan pasien seperti afirmasi positif dimana tindakan ini selalu menanamkan pikiran-pikiran positif tanpa memperhatikan stigma negatif dari lingkungan.

Perbandingan hasil akhir antara 2 responden setelah diberikan teknik terapi afirmasi positif

Pasien Ny. N dan Nn. A setelah diberikan terapi Afirmasi positif selama 3 hari terjadi peningkatan kualitas hidup, namun terjadi perbedaan peningkatan Kualitas hidup pada pasien Ny N sebelum diberikan terapi yaitu skor 50 dengan kualitas hidup sedang dan setelah diberikan terapi skor 79 dengan kualitas hidup baik yang artinya ada peningkatan 29 poin, Pada kualitas hidup pasien Ny A sebelum diberikan terapi yaitu skor 50 dengan kualitas hidup sedang dan setelah diberikan terapi skor 100 dengan kualitas hidup sangat baik yang artinya ada peningkatan 50 poin lebih meningkat dari pasien Ny. N. Hal tersebut disebabkan oleh beberapa faktor yang mempengaruhi peningkatan kualitas hidup pada pasien

seperti keefektifan tindakan selama terapi dilaksanakan. Perbedaan ini dipengaruhi oleh perkembangan psikologis pasien, emosional berlebihan dan kondisi fisik. hal ini sesuai dengan penelitian menurut Anita Maretna Sari (2019) bahwa pasien yang mengalami situasi yang membingungkan dan suasana hati yang tertekan akan meningkatkan kecemasan dan stress. Dimana korteks adrenal akan merangsang sekresi cortisol secara berlebihan dan akan menurunkan produksi dopamine. Dengan hal ini, maka tanda gejala harga diri rendah akan muncul dan pasien merasa banyak tekanan, rasa sedih, merasa tidak percaya diri. Maka dengan hal ini rasa tidak percaya diri berlebih yang akibat ada pengaruh terhadap perbedaan tingkatan kualitas hidup setelah diberikan terapi afirmasi positif.

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa terdapat 1 orang dengan *quality of life* tinggi (sangat baik) setelah diberikan terapi afirmasi positif yang dilakukan sebanyak 3 kali pertemuan pada pasien *quality of life* (kualitas hidup) dengan harga diri rendah mengalami peningkatan rata-rata pasien memiliki kepercayaan diri sehingga merasa hidupnya sangat berarti, berusaha membangun komunikasi yang baik, selain itu terlihat pasien memiliki personal hygiene yang baik hal ini terlihat dari penampilan pasien yang bersih dan rapi sehingga pasien merasa puas dengan dirinya dan dapat menerima keadaan tubuhnya, selama peneliti memberikan terapi sebanyak 3 kali pertemuan terlihat bahwa pihak keluarga juga membantu dengan memberikan motivasi, dukungan serta perhatiannya sehingga dari segi psikis hal ini dapat membantu pasien. Sedangkan yang terendah yaitu *quality of life* rendah (baik) sebanyak 1 orang setelah diberikan terapi afirmasi positif namun *quality of life* (kualitas hidup) pasien masih rendah diketahui bahwa pasien merasa hidupnya tidak berarti, takut dengan orang lain sehingga tidak dapat berkomunikasi, terlihat bahwa pasien kurang memperoleh dukungan keluarga serta lingkungan tempat pasien tinggal, hasil penelitian ini membuktikan bahwa untuk meningkatkan *quality of life* (kualitas hidup) pasien dengan harga diri rendah dukungan dari keluarga dan masyarakat sekitar juga dibutuhkan, hasil penelitian ini sejalan dengan pernyataan Sanchaya, et al (2019) *quality of life* (kualitas hidup) ODGJ (Orang Dengan Gangguan Jiwa) sangat berpengaruh pada dukungan dari keluarga. Dukungan keluarga yang baik akan meningkatkan kualitas hidup ODGJ. Sedangkan menurut Nursalam (2013), komponen *quality of life* (kualitas hidup) salah satunya adalah hubungan sosial yang mencakup hubungan personal, dukungan sosial dan aktivitas seksual.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan studi kasus di atas maka dapat disimpulkan bahwa terapi afirmasi positif mampu meningkatkan kualitas hidup dan harga diri sehingga pasien dapat merasa lebih percaya diri. Sebelum pemberian terapi afirmasi positif pasien 1 dan pasien 2 berada pada kualitas hidup sedang dengan skor 50. Setelah diberikan terapi afirmasi positif terjadi peningkatan pada kedua pasien. Pasien 1 meningkat menjadi kualitas hidup baik, pasien 2 meningkat menjadi kualitas hidup sangat baik. Perkembangan setelah diberikan terapi afirmasi positif terjadi peningkatan pada kedua pasien. Pasien 1 meningkat 29 poin menjadi kualitas hidup baik, pasien 2 meningkat 50 poin menjadi kualitas hidup sangat baik. Dengan terapi afirmasi positif ini untuk meningkatkan kualitas hidup pasien dengan harga diri rendah dengan berpikir positif, dapat mengganti pemikiran negatif menjadi pemikiran yang positif sehingga pasien mampu mengambil keputusan dan mencapai tujuan yang realistis dalam hidupnya serta mengontrol ketidakberdayaannya dengan mengendalikan situasi yang masih dapat dilakukan sendiri oleh pasien. Saran bagi Institusi Pendidikan: Diharapkan hasil studi kasus ini dapat dijadikan sebagai acuan pembelajaran dalam penambahan materi kurikulum sebagai terapi tambahan pada pasien harga diri rendah terhadap kualitas hidup. Bagi Perawat: Berdasarkan hasil studi kasus ini dapat dijadikan tambahan terapi oleh perawat kedalam jadwal kegiatan terapi di ruangan rawat inap sebagai terapi Latihan berpikir positif membantu pasien untuk meningkatkan harga diri serta

membebaskan diri dari pikiran negative. Bagi Penulis Selanjutnya: Diharapkan penulis selanjutnya sebelum memulai pelaksanaan terapi, penulis melakukan kesepakatan dengan perawat di ruangan agar tidak memberikan tindakan keperawatan lain selain tindakan terapi farmakologi dan tindakan yang dilakukan penulis. Agar hasil pemberian terapi afirmasi positif dari penulis menunjukan hasil yang murni dan akurat

DAFTAR PUSTAKA

- Daulay. (2021). Kualitas Hidup Orang Dengan Gangguan Jiwa: Systematic Review. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia Volume 9 No 1 Hal 187 – 196*.
- Laras S.A, Firmawati, Abdul W.P. (2023). *Pengaruh Terapi Afirmasi Positif Terhadap Quality Of Life (Kualitas Hidup) Pasien Harga Diri Rendah Di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto*. Universitas Muhammadiyah Gorontalo
- Noviana, A. A., Mubin, M. F., Rejeki, S., Pohan, V. Y., & Samiasih, A. (2021). *Pengaruh Terapi Afirmasi Positif Terhadap Quality Of Life Pasien*. Universitas Muhammadiyah Semarang, 4, 1590–1599.
- Rahayu, S., & Daulima, N. H. C. (2019). *Perubahan Tanda Gejala dan Kemampuan Pasien Harga Diri Rendah Kronis Setelah Latihan Terapi Kognitif dan Psikoedukasi Keluarga*. 2(1), 39–51.
- Sulistiyowati, Endang Caturini & Insiyah, 2020. Peningkatan Kualitas Hidup Orang Dengan Gangguan Jiwa Melalui Self Help Group. Surakarta. DOI: 10.37341/interest.v9i2.264
- Wayan Darsana, I., & Luh Putu Suariyani, N. (2020). *KARAKTERISTIK DEMOGRAFI PASIEN SKIZOFRENIA DI RUMAH SAKIT JIWA PROVINSI BALI (2013-2018)*.
- Widyastuti, T., Hakim, M. A. dan Lilik, S. (2019). Terapi Zikir sebagai Intervensi untuk Menurunkan Kecemasan pada Lansia. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*. 5(2). p. 147. doi:10.22146/gamajpp.1354
- Wijaya, F., & Rahayu, D. A. (2019). *Pengaruh Afirmasi Positif Terhadap Mekanisme Koping Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik*. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 2(1), 7–12.
- Wijayati, F. et al. (2020) “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Harga Diri Rendah Pasien Gangguan Jiwa,” *Health Information: Jurnal Penelitian*, 12(2), hal. 224–235. doi: 10.36990/hijp.v12i2.234
- Yulianti. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pasien Skizofrenia: Review Literatur. *Jurnal Ilmu Kesehatan* Vol. 9 No. 2.
- Zebua, D., Sitepu, A., Nasution, A., & Dinata, M. (2022). Audio Afirmasi Untuk Membentuk Harga Diri Positif Individu. *Jurnal Consulenza : Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 5(2), 127–136. <https://doi.org/10.56013/jcb>.