

PENERAPAN TERAPI AFIRMASI POSITIF PADA PASIEN DENGAN HARGA DIRI RENDAH DI RUMAH SAKIT JIWA Prof. DR. MUHAMMAD ILDREM MEDAN

Iir tirana a. Ginting¹, Erita Gustina², Resmi Pangaribuan³
^{1,2,3}Akademi Keperawatan Kesdam I/Bb Medan

E-mail: irnaginting17@gmail.com

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Received : 28-07-2025

Revised : 20-08-2025

Accepted : 29-08-2025

Keywords: Low Self-Esteem,
Positive Affirmation Therapy

Kata Kunci: Harga Diri
Rendah, Terapi Afirmasi
Positif

DOI: 10.62335

ABSTRACT

Low self-esteem is a feeling of shame or inferiority that is usually caused by negative judgments from oneself or others. Complications in patients with low self-esteem include social isolation, even violent behavior. One intervention that can be done for patients with low self-esteem is the application of positive affirmation therapy. Positive affirmations are utterances of sentences that can strengthen positive beliefs in a person. This research method is a descriptive study with a case study type of research. The subjects used were 2 patients with nursing problems of the application of positive affirmation therapy in patients with low self-esteem at Prof. DR. Muhammad Ildrem Mental Hospital Medan. The results of the study from the two respondents during the psychiatric nursing care with the application of positive affirmation therapy in patients with low self-esteem for 3 days with 6 meetings were obtained, both respondents were able to carry out SP 1 to SP 4 to control their lack of confidence. The conclusion of the assessment to evaluation in carrying out nursing care for patients with low self-esteem successfully controlled their lack of confidence with the application of positive affirmation therapy SP 1 to SP 4. The suggestion of this study is expected to be a reference in conducting further research on psychiatric nursing cases with low self-esteem using positive affirmation therapy.

ABSTRAK

Harga diri rendah adalah perasaan malu atau minder yang biasanya disebabkan oleh penilaian negatif dari diri maupun orang lain. Komplikasi pada pasien dengan harga diri rendah yaitu isolasi sosial, sampai perilaku kekerasan. Salah satu intervensi yang dapat

dilakukan untuk pasien dengan harga diri rendah yaitu penerapan terapi afirmasi positif. Afirmasi positif merupakan pengucapan kalimat yang dapat menguatkan keyakinan positif dalam diri seseorang. Metode penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan jenis penelitian studi kasus. Subjek yang digunakan adalah 2 pasien dengan masalah keperawatan penerapan terapi afirmasi positif pada pasien dengan harga diri rendah di Rumah Sakit Jiwa prof. DR. Muhammad Ildrem Medan. Hasil penelitian dari kedua responden selama dilakukan asuhan keperawatan jiwa dengan penerapan terapi afirmasi positif pada pasien dengan harga diri rendah selama 3 hari dengan 6 kali pertemuan didapatkan kedua responden mampu melakukan SP 1 sampai SP 4 untuk mengontrol rasa tidak percaya dirinya. Kesimpulan pengkajian sampai evaluasi dalam melakukan asuhan keperawatan pada pasien harga diri rendah berhasil mengontrol rasa tidak percaya dirinya dengan penerapan terapi afirmasi positif SP 1 sampai SP 4. Saran penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam melakukan penelitian lanjutan pada kasus keperawatan jiwa dengan harga diri rendah menggunakan terapi afirmasi positif.

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 istilah orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) Rahayu & Daulima (2019).

Kesehatan jiwa 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 mengalami bipolar, 50 juta orang mengalami demensia, dan 20 juta jiwa mengalami skizofrenia. Skizofrenia adalah gangguan jiwa terbesar yaitu terdapat 70% pasien rawat inap di rumah sakit jiwa dengan diagnosa skizofrenia di seluruh Indonesia. Wayan et al, (2020).

Menurut data hasil Riset Kesehatan Dasar tahun (2018) jumlah gangguan jiwa di Indonesia mengalami peningkatan yang cukup signifikan, yang menunjukkan bahwa prevalensi harga diri rendah di Indonesia sebanyak 6,7% Riskesdas, (2018). Harga diri rendah merupakan perasaan negatif terhadap diri sendiri yang menyebabkan kehilangan rasa percaya diri, pesimis, dan tidak berharga di kehidupan. Kualitas hidup yang kurang baik sering di kaitkan 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.

Harga diri rendah adalah perasaan tidak berharga, tidak berarti dan rendah diri yang berkepanjangan akibat evaluasi negatif terhadap diri sendiri dan kemampuan diri. Gangguan

harga diri rendah adalah evaluasi diri dan perasaan tentang diri atau kemampuan diri yang negatif yang dapat secara langsung maupun tidak langsung diekspresikan, Townsend, (1998) dalam Jaya, K (2015). Harga diri rendah adalah suatu pemikiran dan perasaan negatif terhadap diri sendiri sehingga penderita merasakan hilangnya rasa percaya diri dan harga diri, Stuart & Gail, (2006) dalam Hermawan, et al., (2015). Harga diri rendah harus ditangani dengan tepat, karena masalah ini akan memperparah kondisi pasien seperti timbulnya halusinasi yang dapat menyebabkan pasien depresi sehingga dapat melakukan tindakan perilaku kekerasan.

Selain diberikan terapi farmakologi untuk mengontrol keadaannya, pasien harga diri rendah juga dapat diberikan terapi generalis. Salah satu terapi generalis yang dapat dilakukan pada asuhan keperawatan pasien dengan harga diri rendah adalah terapi afirmasi positif, Ardika et al., (2021). Afirmasi positif merupakan suatu teknik dimana individu mengatakan sesuatu pada diri sendiri berulang kali yang dapat disuarakan secara lantang maupun di dalam hati yang dapat mengubah reaksi, perilaku, kebiasaan dan tindakan dalam respons individu terhadap kata-kata yang berulang. Dalam penelitian Laras et al., (2023) Hasil penelitian yang didapatkan rendahnya kualitas hidup pasien dengan harga diri rendah memerlukan tindakan yang efektif, seperti terapi afirmasi positif, karena terapi afirmasi positif merupakan terapi pemikiran yang memasukkan nilai-nilai positif ke dalam kesadaran pasien. Selain itu, terapi afirmasi positif dapat meningkatkan rasa percaya diri pasien.

Berdasarkan hasil penelitian studi kasus yang dilakukan oleh, Ardania et al., (2024) di RSJD Surakarta diketahui bahwa setelah dilakukan tindakan implementasi terapi afirmasi positif terdapat perubahan, pasien dapat mengontrol pikiran negatif mengenai persepsi dirinya sendiri dengan implementasi afirmasi positif yang diberikan selama 3 hari 1 kali dalam waktu 10 menit, dibuktikan dengan pada saat hari pertama penerapan didapatkan skor awal 10 dan meningkat menjadi 22 pada hari terakhir. Hal ini sejalan dengan penelitian, Ani (2020) yang menunjukkan bahwa terdapat peningkatan skor harga diri dalam kategori rendah menjadi kategori normal. Peneliti perlu mengidentifikasi aspek dan kemampuan positif sesuai dengan yang dimiliki pasien. Peneliti membantu pasien untuk memberikan penguatan dalam diri dan menghilangkan pikiran-pikiran negatif melalui ungkapan positif agar klien tidak merasa rendah diri.

Dalam penelitian, Pinilih S, et., all (2014) Hasil penelitian Terapi afirmasi positif mampu efektif meningkat kualitas hidup pasien skizofrenia dengan harga diri rendah, artinya dengan melatih afirmasi positif juga dapat mencegah terjadinya keparahan pada pasien. Sehingga terapi afirmasi positif dapat dimasukan dalam asuhan keperawatan untuk pasien harga diri rendah agar memiliki kualitas hidup yang lebih baik. Hasil penelitian Terapi Afirmasi positif secara efektif dapat meningkatkan kualitas hidup penderita skizofrenia dengan harga diri rendah, yang berarti bahwa mempraktikkan afirmasi positif juga dapat mencegah penderitaan pasien. Menurut Yuli, (2021) dalam jurnal kesehatan jiwa mengungkapkan kriteria inklusi untuk melakukan penelitian yaitu pada pasien dengan masalah gangguan konsep diri; harga diri rendah yang sudah kooperatif, penelitian ini juga bisa dilakukan pada pasien harga diri rendah yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan yang bersedia menjadi subjek penelitian atau responden.

Afirmasi positif juga diartikan sebagai pengucapan kalimat positif seperti cita-cita dan harapan yang biasanya tertuang dalam pikiran atau tulisan yang berguna untuk

membebaskan dari pikiran negatif serta meningkatkan harga diri dengan berfikir positif, terapi ini efektif untuk meningkatkan kebahagiaan dan seseorang yang memiliki pikiran yang positif cenderung lebih bahagia, sehat, berhasil dan dapat menyesuaikan dirinya kembali, Tika Duwi Lestari, (2020).

Penerapan Terapi Afirmasi Positif pada Pasien Harga Diri Rendah dapat dilihat setelah penerapan terapi aktivitas ini menunjukkan terapi Afirmasi positif efektif mengurangi tanda dan gejala harga diri rendah, pasien yang mengalami gangguan pada konsep diri akan menimbulkan respons dalam menyesuaikan diri terhadap perubahan yang terjadi pada dirinya dan lingkungan disekitarnya serta mempengaruhi diri dalam berinteraksi dengan orang lain, sehingga peneliti dapat memberikan pelayanan secara tepat dan efektif untuk membantu pasien dalam beradaptasi terhadap perubahan yang dialaminya.

Dalam mengurangi tanda dan gejala harga diri rendah dengan diagnosa medis salah satu teknik yang dapat dilakukan adalah terapi afirmasi positif. Afirmasi merupakan kata serapan dari Bahasa Inggris (Affirmation) afirmasi secara harfiah diartikan penegasan atau standart penguatan. Afirmasi hampir sama dengan doa, harapan atau cita-cita, hanya saja afirmasi lebih berstruktur dibandingkan dengan doa yang lebih spesifik. Afirmasi bisa juga merupakan kalimat pendek yang berisikan kalimat positif yang bisa mempengaruhi pikiran untuk membantu mengembngksn presepsi yang positif, Abdurrahman (2012).

Masalah harga diri rendah dapat diintervensikan dengan tepat karena jika tidak mendapat penanganan yang tepat, bukan hanya mempengaruhi kualitas hidup pasien tetapi juga dapat mempengaruhi masalah psikologis yang lebih serius. Harga Diri Rendah Situasional jika tidak ditangani dengan tepat dapat berkembang menjadi resiko bunuh diri dan keputusan, Rebecca, et al (2009).

Terapi afirmasi positif bertujuan untuk membentuk pemahaman individu untuk mencintai dirinya, meningkatkan rasa percaya diri, serta membantu individu memandang dirinya dengan cara lebih positif, Zebua et al., (2022). Terapi ini efektif dalam pembentukan harga diri yang positif pada pasien dengan masalah harga diri rendah. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan yang cukup signifikan setelah dilakukan afirmasi positif dalam keadaan gelombang theta otak (sebelum tidur dan pada saat bangun tidur) pada pasien harga diri rendah. Pada penelitian yang dilakukan Ardika et al. (2021), terapi afirmasi positif juga dapat meningkatkan kebugaran dan kesehatan seseorang, tingkat kebahagiaan, perasaan berharga, dan perasaan lebih tenang.

Berdasarkan rekapitulasi data survey awal yang peneliti lakukan di Rumah Sakit Jiwa. Prof DR Muhammad Ildrem Medan penderita skizofrenia tahun 2021 berjumlah 1.345, penderita dan tahun 2022 sebanyak 1.497, lalu pada tahun 2023 sebanyak 1.122. Berdasarkan data diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada pasien yang mengalami masalah harga diri rendah dengan mengidentifikasi aspek dan kemampuan positif melalui afirmasi positif apakah efektif untuk meningkatkan harga diri pasien skizofrenia dengan masalah harga diri rendah. Harapan penulis setelah dilakukan tindakan mengidentifikasi aspek dan kemampuan positif melalui afirmasi positif, pasien mampu meningkatkan aspek positif yang dimiliki dan kepercayaan dirinya.

METODE PENELITIAN

Desain pada penelitian ini adalah deskriptif dengan jenis penelitian studi kasus. Studi kasus pada penelitian ini menerapkan proses asuhan keperawatan jiwa pada pasien gangguan konsep diri: harga diri rendah yang dilakukan selama 3 hari dengan 6 kali pertemuan yang bertujuan untuk mengetahui gambaran asuhan keperawatan pada pasien dengan masalah gangguan konsep diri: harga diri rendah dengan penerapan Terapi Afirmasi Positif di Rumah Sakit Jiwa . Prof DR. Muhammad Ildrem tahun 2024. Pengumpulan data pada penelitian studi kasus ini Adalah dengan wawancara dan Studi dokumentasi.

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah 2 pasien dengan kasus yang sama yaitu pada pasien gangguan konsep diri: harga diri rendah dengan penerapan Terapi Afirmasi Positif di Rumah Sakit Jiwa Prof. DR. Muhammad Ildrem Medan, Provinsi Sumatera Utara Tahun 2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah melakukan penelitian studi kasus mengenai peningkatan rasa percaya diri pada pasien dengan harga diri rendah dengan penerapan terapi afirmasi positif, peneliti memulai pengkajian pada Tn. S dan Tn. P dimulai pada tanggal 05 Februari 2024 s/d 07 Februari 2024 selama 3 hari dengan 6 kali pertemuan. Penelitian dilaksanakan mulai pukul 08.00 s/d 18.00 wib. Maka pada bab ini peneliti akan membahas kesenjangan antara pasien 1 dan 2. Adapun kesenjangan yang akan di bahas yaitu mulai dari pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi sampai evaluasi keperawatan yang telah dilakukan pada pasien. Studi kasus Penerapan Terapi Afirmasi Positif sesuai dengan penelitian yang dilakukan, Ardania et all., (2024) dilakukan hanya dalam waktu 7 hari dengan 1 kali pertemuan perhari, dengan waktu 10-20 menit dalam 1 sesi. Penelitian ini dilakukan pada pasien harga diri rendah yaitu Tn. S dan Tn. P selama 3 hari dengan 6 kali pertemuan di ruang Sipiso-piso Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. Muhammad Ildrem Medan.

Pengkajian

Pengkajian adalah pemikiran dasar dari proses keperawatan yang bertujuan untuk mengumpulkan informasi atau data tentang pasien agar dapat mengidentifikasi, mengenal masalah-masalah, kebutuhan kesehatan dan keperawatan pasien baik mental, sosial dan lingkungan pasien, Purwanto (2015)

Berdasarkan hasil pengkajian kedua pasien memiliki beberapa kesamaan yaitu sama-sama berjenis kelamin laki-laki, diagnosa yang sama yaitu gangguan konsep diri harga diri rendah dan dikaji pada tanggal yang sama pada tanggal 05 Februari 2024 s/d 07 Februari 2024 dimulai pada pukul 08.00 s/d 18.00 wib, namun perbedaan dari kedua pasien tersebut yaitu pada pasien 1 berumur 50 tahun sedangkan pasien 2 berumur 43 tahun, pasien 1 hanya lulusan SMA sedangkan pasien 2 tidak sekolah, pasien 1 bersuku Batak Toba sedangkan pasien 2 suku Karo. Pasien 1 sudah bercerai dengan istrinya dan memiliki 3 orang anak sedangkan pasien 2 belum menikah dan tinggal bersama ibunya.

Alasan masuk pada kedua pasien dapat dijelaskan bahwa pada pasien 1 suka marah-marah, berbicara sendiri dan tidak ingin berinteraksi dengan siapapun, pasien juga terlihat sering termenung gelisah karena mendengar suara-suara bisikan aneh sehingga pasien sulit tidur di malam hari dan suka keluar dari rumah. Keluhan saat ini pada pasien 1 pasien masih mendengar suara kebisingan dan masih malu ketika bertemu dengan orang lain karena

merasa gagal menjadi seorang ayah dan suami. Sedangkan pasien 2 sering marah-marah saat didekati juga mengancam akan memukul, sulit tidur dan berbicara sendiri mengatakan malu pada keluarga besar. Pasien juga sering menyendiri di tempat tidur, menunduk saat diajak berbicara dan mengatakan tidak suka di dekati oleh orang lain. Keluhan saat ini pasien 2 adalah pasien masih sering mengatakan malu pada anggota keluarganya mengingat kejadian di masa lalu, pasien juga masih merasa malu saat bertemu dengan orang lain, kontak mata kurang saat diajak berbicara

Berdasarkan teori pengkajian, Keliat (2011) bahwa alasan masuk dengan alasan tidak percaya diri atau penilaian negatif terhadap dirinya dan orang lain, perasaan tidak mampu, pandangan hidup yang pesimis serta penolakan terhadap kemampuan diri dapat dikategorikan pasien gangguan konsep diri: harga diri rendah.

Diagnosa Keperawatan

Berdasarkan hasil pengkajian dari pasien 1 memiliki 5 masalah keperawatan yaitu, gangguan konsep diri: harga diri rendah, isolasi sosial: menarik diri, defisit perawatan diri, koping individu inefektif dan intoleransi aktivitas. Sedangkan pada pasien 2 memiliki 4 masalah keperawatan yaitu: gangguan konsep diri: harga diri rendah, isolasi sosial: menarik diri, resiko perilaku kekerasan dan koping individu inefektif.

Maka hasil diagnosa yang didapatkan dari kedua pasien memiliki diagnosa yang sama yaitu gangguan konsep diri: harga diri rendah. Dari data diagnosa pada kedua pasien tersebut yang akan menjadi fokus penelitian. Dimana dari data kedua pasien menunjukkan masalah gangguan konsep diri: harga diri rendah. Pada pasien 1 menunjukkan gangguan konsep diri: harga diri rendah berhubungan dengan isolasi sosial: menarik diri ditandai dengan ketidakmampuan dalam mengendalikan rasa tidak percaya diri dan mengatakan gagal dalam membina rumah tangga, pada pasien 2 juga menunjukkan gangguan konsep diri: harga diri rendah yang juga berhubungan dengan isolasi sosial: menarik diri ditandai dengan ketidakmampuan dalam mengendalikan rasa tidak percaya diri dan mengatakan malu pada anggota keluarganya akibat mengalami gagal panen.

Diagnosa tersebut sesuai dengan diagnosa menurut Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI, 2018). Diagnosis keperawatan merupakan dasar pemilihan intervensi dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan oleh perawat yang bertanggung jawab, Muhith (2015).

Intervensi Keperawatan

Rencana tindakan keperawatan yang akan diberikan pada pasien 1 dan 2 adalah dengan membuat strategi pelaksanaan (SP). Pada SP 1 bina hubungan saling percaya menggunakan komunikasi terapeutik dengan pasien. Pada SP 2 meningkatkan rasa percaya diri pasien dengan berkomunikasi dengan teman atau meminta bantuan orang lain, SP 3 yaitu membantu peningkatan rasa percaya diri dengan Terapi Afirmasi Positif SP 4 Membantu peningkatan harga diri dengan kegiatan Spiritual serta membantu pasien dalam kepatuhan minum obat.

Pada pembahasan ini, peneliti akan membahas kesejangan antara tinjauan teoritis dengan tinjauan kasus pada pasien 1 dan pasien 2. Studi kasus Penerapan Terapi Afirmasi Positif sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ardika et, all, 2021) dilakukan hanya dalam waktu 7 hari dengan 1 kali pertemuan perhari dengan waktu 20-30 menit dalam 1 sesi. Penelitian ini akan dilakukan selama 3 hari dengan 6 kali pertemuan masing-masing 2

kali pertemuan dalam sehari di ruang Sipiso-piso Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. Muhammad Ildrem Medan. Penelitian ini akan dilakukan pada tanggal 05 Februari 2024 s/d 07 Februari 2024 dimulai pada pukul 08.00 s/d 18.00 wib. Dimana setiap ditemukan perbedaan dijelaskan dengan konsep dan pembahasan disusun dengan tujuan khusus. Setelah dilakukan asuhan keperawatan jiwa dengan menggunakan Penerapan Terapi Afirmasi Positif selama 3 hari dengan 6 kali pertemuan didapatkan hasil kedua pasien mampu melakukan strategi pertemuan (SP) yaitu dimulai dengan pelaksanaan Sp1: membina hubungan saling percaya, Sp2: Mendiskusikan tentang cara mengatasi rasa tidak percaya diri yaitu dengan meminta bantuan dengan teman atau orang sekitar, Sp3: Meningkatkan harga diri pasien agar ia faham bahwa setiap manusia berharga dan Penerapan Terapi Afirmasi Positif, dan yang terakhir Sp4: mengajarkan kepatuhan dalam meminum obat untuk membantu proses penyembuhan.

Peneliti melakukan terapi ini pada dua pasien yang sama-sama memiliki masalah keperawatan gangguan konsep diri: harga diri rendah di Rumah Sakit Jiwa Prof. DR. Muhammad Ildrem Medan dengan 5 tahap yaitu: pengkajian, diagnosa keperawatan, perencanaan, implementasi, evaluasi. Diagnosa keperawatan berfokus pada respon pasien, sedangkan diagnosa medis berfokus pada proses penyakit, Rahayu & Daulima (2019). Tujuan khusus tersebut meliputi melakukan pengkajian menyusun perencanaan asuhan keperawatan, merumuskan diagnosa keperawatan, melakukan implementasi yang kompherensif, serta melakukan evaluasi keperawatan. Berikut adalah pembahasan yang disesuaikan dengan tujuan khusus dari penelitian berikut.

Implementasi Keperawatan

Pada implementasi yang dilakukan, akan dijelaskan mengenai tahapan pelaksanaan dan hasil yang diperoleh dari pasien 1 dan pasien 2 dengan dilakukannya SP 1 sampai SP 4 untuk menjelaskan secara rinci gambaran menyeluruh mengenai proses penelitian yang dilakukan. Dalam melaksanakan tindakan keperawatan ini, peneliti bekerja sama dengan perawat ruangan.

Adapun tindakan keperawatan yang dilakukan yaitu dengan strategi pelaksanaan (SP). Pada pasien 1 dilakukan pertemuan pertama SP 1 bina hubungan saling percaya yang dilakukan pada hari senin tanggal 05 Februari 2024 jam 09.00-09.20 wib selama 20 menit yang dimana diperoleh hasil bahwa pasien mampu melakukan bina hubungan percaya, dimana pasien mau memperkenalkan diri pada perawat dan mau menceritakan latar belakang alasan masuk ke Rumah sakit jiwa, pada pertemuan kedua yaitu melaksanakan SP 2 meningkatkan rasa percaya diri pasien dengan berkomunikasi dengan teman atau meminta bantuan kepada orang lain, yang dilakukan pada hari senin 05 Februari 2024 pada pukul 13.00-13.15 wib pasien mampu melakukan komunikasi dengan teman atau meminta bantuan kepada orang lain dengan baik, yang bertujuan untuk meningkatkan rasa percaya diri pada pasien

Tindakan selanjutnya pada pertemuan ketiga yang dilakukan adalah SP 3 yaitu membantu peningkatan rasa percaya diri dengan Terapi Afirmasi Positif pada hari selasa tanggal 06 Februari 2024 pada pukul 09.00-09.20 wib selama 30 menit, pasien dapat diajak bekerja sama dengan perawat untuk membahas strategi meningkatkan rasa percaya diri pada pasien yaitu dengan pengucapan kalimat-kalimat positif yang dapat dilakukan untuk meningkatkan rasa percaya diri pasien. Pasien mau mendengarkan ketika perawat

menjelaskan tentang Terapi Afirmasi Positif dan melakukan terapi tersebut sesuai yang di contohkan oleh perawat dengan baik. Pada pertemuan keempat hari Selasa tanggal 06 Februari 2024 pada pukul 13.00-13.30 wib yaitu dilakukan SP 4 memberikan kalimat motivasi pada pasien agar ia faham setiap manusia itu berharga, saat perawat memberikan kalimat motivasi, pasien mampu mendengarkan dengan baik penjelasan perawat, pasien juga mengucapkan terimakasih dan mengatakan sudah dapat berpikir lebih tenang dari sebelumnya.

Pada pertemuan kelima dilakukan kembali SP 4 yaitu mengontrol rasa tidak percaya diri dengan kegiatan spritual dan mengajarkan kepatuhan dalam meminum obat pada hari Rabu tanggal 07 Februari 2024 pada pukul 09.00-09.25 wib selama 25 menit, pasien mampu mendengarkan dan melaksanakan perintah yang diberikan oleh perawat yaitu rutin meminum obat dan berdoa sebelum tidur sesuai ajaran dan agama yang dianut. Terakhir pada pertemuan keenam hari Rabu tanggal 07 Februari 2024 pada pukul 13.00-13.40 wib mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan selama 3 hari dengan 6 kali pertemuan maka didapatkan hasil bahwa pasien mampu menjelaskan latar belakang penyebab ia masuk rumah sakit jiwa, pasien juga mampu menjelaskan kembali mengenai pengertian, manfaat dan tujuan dari Terapi Afirmasi Positif, pasien mengatakan bahwa sudah mulai berpikir lebih positif berpikir lebih tenang dan mulai percaya diri. Selanjutnya pasien sudah mau melakukan kegiatan spritual dengan beribadah sesuai dengan kepercayaan yang dianut yaitu agama Kristen, pada kepatuhan minum obat, pasien sudah rutin minum obat setiap hari. Adapun obat yang diberikan yaitu risperidone 2 mg x 1, trehexilphenidil 25 mg x 1 dan chlorpomazim 1 mg x 1 pada pagi hari setelah selesai sarapan.

Adapun tindakan yang dilakukan pada pertemuan pertama dengan pasien 2 melakukan SP 1 bina hubungan saling percaya yang dilakukan pada hari Senin tanggal 05 Februari 2024 pada pukul 10.00-10.30 wib selama 30 menit diperoleh hasil bahwa pasien mampu melakukan bina hubungan percaya, dimana pasien mau memperkenalkan diri pada perawat dan mau menceritakan latar belakang alasan masuk ke Rumah sakit jiwa. Untuk SP 2 pada pertemuan kedua mengidentifikasi jenis, frekuensi, penyebab tidak percaya diri dilakukan pada hari Senin tanggal 05 Februari 2024 pada pukul 14.00-14.30 wib selama 30 menit didapatkan pasien mampu menceritakan penyebab tidak percaya diri. Pada pertemuan ketiga tindakan selanjutnya yang dilakukan adalah SP 3 yaitu mengontrol rasa tidak percaya diri dengan penerapan Terapi Afirmasi Positif pada hari Selasa 06 Februari 2024 pada pukul 10.00-10.35 wib selama 35 menit diperoleh pasien dapat diajak bekerja sama dengan perawat untuk membahas strategi untuk meningkatkan rasa tidak percaya dirinya yaitu dengan pengucapan kalimat-kalimat positif guna meningkatkan rasa percaya diri pasien tersebut. Pasien mau mendengarkan dan melakukan Terapi Afirmasi Positif sesuai instruksi dan penjelasan dari perawat mengenai terapi tersebut.

Pada pertemuan keempat pada hari Selasa tanggal 06 Februari 2024 pada pukul 14.00-14.30 wib yaitu dilakukan SP 4 mengidentifikasi kemampuan dan aspek positif yang dimiliki oleh pasien dimana ditemukan bakat yang ada di dalam diri pasien yaitu pasien suka bernyanyi dan memiliki suara yang bagus, pada pertemuan kelima dilakukan SP 4 mengontrol rasa tidak percaya diri dengan kegiatan spritual dan mengajarkan kepatuhan dalam meminum obat pada hari Rabu tanggal 07 Februari 2024 pada pukul 09.00-09.25 wib selama 25 menit, pasien mampu mendengarkan dan melaksanakan perintah yang diberikan

oleh perawat yaitu rutin meminum obat dan berdoa sebelum tidur.

Terakhir pada pertemuan keenam hari rabu tanggal 07 Februari 2024 pada pukul 15.00-15.40 wib mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan selama 3 hari dengan 6 kali pertemuan maka didapatkan hasil bahwa pasien mampu menceritakan pengalaman dan alasan masuk ke rumah sakit jiwa, pasien mampu menjelaskan kembali mengenai pengertian manfaat dan tujuan dari Terapi Afirmasi Positif, pasien mulai bersikap lebih baik dari sebelumnya, pasien mengatakan bahwa sudah mulai berpikir lebih positif pasien juga sudah mengetahui kemampuan yang ada di dalam dirinya serta mulai percaya diri untuk bernyanyi di depan orang lain. Selanjutnya pasien sudah mau melakukan kegiatan spritual dengan beribadah sesuai dengan kepercayaan yang dianut yaitu agama Kristen, pada kepatuhan minum obat, pasien sudah rutin minum obat setiap hari. Adapun obat yang diberikan yaitu risperidone 2 mg x 1, trehexilphenidil 25 mg x 1 dan chlorpomazim 1 mg x 1 pada pagi hari setelah selesai sarapan.

Afirmasi positif merupakan suatu teknik dimana individu mengatakan sesuatu pada diri sendiri berulang kali yang dapat disuarakan secara lantang maupun di dalam hati yang dapat mengubah reaksi, perilaku, kebiasaan dan tindakan dalam respons individu terhadap kata-kata yang berulang. Afirmasi positif juga diartikan sebagai pengucapan kalimat positif seperti cita-cita dan harapan yang biasanya tertuang dalam pikiran atau tulisan yang berguna untuk membebaskan dari pikiran negatif serta meningkatkan harga diri dengan berfikir positif, terapi ini efektif untuk meningkatkan kebahagiaan dan seseorang yang memiliki pikiran yang positif cenderung lebih bahagia, sehat, berhasil dan dapat menyesuaikan dirinya kembali, Tika Duwi Lestari (2020).

Evaluasi

Hasil yang didapatkan dari kedua responden adalah pada pasien 1 memiliki diagnosa gangguan konsep diri: harga diri rendah dapat diatasi dengan pemberian Terapi Afirmasi Positif, pasien mengatakan rasa percaya diri meningkat, rasa malu untuk berinteraksi dengan orang lain berkurang saat pasien mengubah pikiran menjadi lebih positif. Selama pelaksanaan keperawatan yang dilakukan, pada SP 1 diperoleh hasil bahwa pasien mampu melakukan bina hubungan saling percaya dengan perawat. SP 2 hasil yang didapatkan yaitu pasien mampu melakukan komunikasi terapeutik dengan 1 orang atau lebih, pada SP 3 pasien dapat meningkatkan rasa percaya dirinya dengan melakukan Terapi Afirmasi Positif dimana pasien dapat mengubah pola pikir yang negatif menjadi lebih positif sehingga rasa percaya diri pada pasien meningkat. Pada SP 4 dilanjutkan dengan membantu pasien untuk meningkatkan spiritual dan membantu pasien dalam kepatuhan meminum obat serta membantu mengetahui manfaat obat dan cara minum obat yang benar sehingga pasien mampu melakukan ibadah dan sudah rutin meminum obat setiap pagi.

Pada pasien 2 juga memiliki diagnosa gangguan konsep diri: harga diri rendah yang juga dapat diatasi dengan pemberian Terapi Afirmasi positif, pasien mengatakan rasa percaya diri meningkat, rasa malu berinteraksi dengan orang lain sudah berkurang. Selama pelaksanaan tindakan keperawatan yang dilakukan, pada SP 1 diperoleh hasil bahwa pasien mampu melakukan bina hubungan saling percaya dengan perawat. SP 2 hasil yang didapatkan yaitu pasien mampu melakukan komunikasi terapeutik dengan 1 orang atau lebih, pada SP 3 pasien dapat meningkatkan rasa percaya dirinya dengan melakukan Terapi Afirmasi Positif dimana pasien dapat mengubah pola pikir yang negatif menjadi lebih positif

sehingga rasa percaya diri pada pasien meningkat. Pada SP 4 dilanjutkan dengan membantu pasien untuk meningkatkan spiritual dan membantu pasien dalam kepatuhan meminum obat serta membantu mengetahui manfaat obat dan cara minum obat yang benar sehingga pasien mampu melakukan ibadah dan sudah rutin meminum obat setiap pagi.

Dengan diberikannya Terapi Afirmasi Positif, hasil yang didapatkan dari tindakan yang dilakukan adalah perilaku pasien dapat berubah setelah diberikan penjelasan mengenai Terapi Afirmasi Positif sesuai dengan hasil studi yang dilakukan, Ardika et al., (2021), menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi ini kemampuan dalam berinteraksi dengan orang lain sangat kurang, namun setelah diberikan Terapi Afirmasi Positif kemampuan pasien mengontrol rasa menarik diri mulai teratasi dimana pasien mengatakan bahwa ketika sedang tidak percaya diri pasien mencoba untuk berfikir tenang dan lebih positif sehingga rasa percaya diri mulai muncul. Kondisi ini dialami pasien karena pemberian Terapi Afirmasi Positif, untuk itu dapat disimpulkan terapi ini dapat membantu pasien untuk berpikir logis dan dapat mengurangi rasa tidak percaya dirinya.

Evaluasi adalah kegiatan yang dilakukan secara terus menerus untuk mengetahui respon pasien terhadap tindakan keperawatan yang telah dilakukan untuk mengetahui apakah tindakan yang dilakukan berhasil. Setelah dilakukan tindakan keperawatan pada pasien 1 dan 2, maka tahap evaluasi masalah teratasi sebagian pada pertemuan ke 6 pada kedua kasus gangguan konsep diri: harga diri rendah dengan penerapan Terapi Afirmasi Positif. Setelah dilakukan komunikasi dengan pasien dan mengajarkan untuk rajin ibadah dan rutin meminum obat, pasien mampu meningkatkan rasa percaya dirinya. Kedua pasien dapat berinteraksi dengan teman atau orang lain tanpa rasa malu seperti awal setelah dilakukan Terapi Afirmasi Positif.

KESIMPULAN

Setelah peneliti melaksanakan asuhan keperawatan pada pasien Harga diri rendah di Rumah Sakit Jiwa Prof. DR. Muhammad Ildrem Medan tahun 2024 pada kedua pasien dimulai pada tanggal 05 Februari s/d 07 Februari 2024 selama 3 hari dengan 6 kali pertemuan dimulai pada pukul 08.00 s/d 18.00 wib, peneliti dapat menarik kesimpulan dan dapat memberikan saran yang mungkin dapat bermanfaat bagi pembaca maupun paramedis lainnya.

Adapun kesimpulan tersebut adalah:

1. Pengkajian

Berdasarkan hasil pengkajian kedua responden memiliki beberapa persamaan dan beberapa perbedaan yaitu pada pasien 1 dan 2 sama-sama berjenis kelamin laki-laki beragama Kristen dan sama-sama memiliki diagnosa gangguan konsep diri harga diri rendah yang dikaji pada tanggal 05 Februari s/d 07 Februari 2024 dimulai pukul 08.00-18.00 wib selama 3 hari dengan 6 kali pertemuan masing-masing 2 kali pertemuan dalam sehari. Adapun perbedaan dari kedua pasien adalah pasien 1 berumur 50 tahun lulusan SMA, bersuku Batak Toba, berstatus duda dan sudah bercerai dengan istrinya memiliki 3 orang anak dengan latar belakang pasien suka marah-marah, berbicara sendiri dan tidak ingin berinteraksi dengan siapapun, suka menyendiri di sudut ruangan pasien juga terlihat sering termenung dan mengatakan dirinya merindukan ibu serta ketiga anaknya, merasa tidak berguna karena gagal dalam membina rumah tangga, merasa malu dan

minder karena tinggal di Rumah Sakit Jiwa.

Sedangkan pada pasien 2 berumur 43 tahun tidak sekolah, bersuku Karo status belum menikah dan tinggal bersama ibunya sebelum di rawat di Rumah Sakit Jiwa dengan latar belakang sering marah-marah saat didekati juga mengancam akan memukul, berbicara sendiri mengatakan malu pada keluarga besar. Pasien juga sering termenung dan menyendiri di tempat tidur, menunduk saat diajak berbicara dan mengatakan tidak suka di dekati oleh orang lain. Pasien masih sering mengatakan malu pada anggota keluarganya mengingat kejadian di masa lalu, juga merasa malu saat bertemu dengan orang lain, kontak mata kurang saat diajak berbicara merasa tidak berguna tinggal di Rumah sakit jiwa, karena tidak bisa berkumpul dengan keluarga dan ibunya serta tidak bisa mengurus kebunnya.

2. Diagnosa Keperawatan

Diagnosis keperawatan merupakan dasar pemilihan intervensi dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan oleh perawat yang bertanggung jawab, Muhith (2015). Secara umum berdasarkan yang ditentukan dalam (SDKI, 2018) diagnosa yang di tentukan adalah Gangguan Konsep Diri: Harga Diri Rendah (D.0086).

Diagnosa keperawatan yang didapatkan dari kedua responden adalah diagnosa yang sama yaitu gangguan konsep diri: harga diri rendah, dimana pada pasien 1 menunjukkan gangguan konsep diri: harga diri rendah berhubungan dengan isolasi sosial: menarik diri ditandai dengan ketidakmampuan dalam mengendalikan rasa tidak percaya diri dan mengatakan gagal dalam membina rumah tangga, pada pasien 2 juga menunjukkan gangguan konsep diri: harga diri rendah yang juga berhubungan dengan isolasi sosial: menarik diri ditandai dengan ketidakmampuan dalam mengendalikan rasa tidak percaya diri dan mengatakan malu pada anggota keluarganya akibat mengalami gagal panen.

3. Rencana Keperawatan

Hasil renencana tindakan keperawatan yang telah dilakukan yaitu pada kedua responden memiliki rencana tindakan keperawatan yang sama yaitu dengan membuat strategi pelaksanaan (SP). Pada SP 1 bina hubungan saling percaya menggunakan komunikasi teraupetik dengan pasien. Pada SP 2 meningkatkan rasa percaya diri pasien dengan berkomunikasi dengan teman atau meminta bantuan pada orang lain, SP 3 yaitu membantu peningkatan rasa percaya diri dengan Terapi Afirmasi Positif, SP 4 membantu peningkatan rasa percaya diri dengan kegiatan spritual serta membantu pasien dalam kepatuhan minum obat.

Berdasarkan hasil penelitian studi kasus yang di lakukan oleh, Ardania et al., (2024) di RSJD Surakarta diketahui bahwa setelah dilakukan tindakan implementasi Terapi Afirmasi Positif terdapat perubahan, pasien dapat mengontrol pikiran negatif mengenai persepsi dirinya sendiri, terapi ini efektif untuk meningkatkan kebahagiaan seseorang yang memiliki pikiran yang negatif atas dirinya, seseorang yang dapat berfikir positif cenderung lebih bahagia, sehat, berhasil dan dapat menyesuaikan dirinya kembali, Tika Duwi Lestari, (2020).

4. Tindakan Keperawatan

Tindakan keperawatan yang dilakukan adalah dengan melakukan strategi pelaksanaan (SP) yaitu SP 1 sampai SP 4. Pada SP 1 bina hubungan saling percaya menggunakan komunikasi teraupetik dengan pasien. Pada SP 2 meningkatkan rasa percaya diri pasien

dengan berkomunikasi dengan teman atau meminta bantuan orang lain, SP 3 yaitu membantu peningkatan rasa percaya diri dengan pemberian Terapi Afirmasi Positif (pengucapan kalimat positif atau harapan seperti: saya adalah orang baik, saya ingin cepat sembuh, saya memiliki kemampuan dan saya bisa diandalkan dalam hal apapun), SP 4 membantu peningkatan harga diri dengan kegiatan spritual yaitu berdoa sesuai dengan kepercayaan dan ajaran pasien dan membantu pasien dalam kepatuhan minum obat. Dengan pemberian SP 1 sampai SP 4 pada pasien dengan gangguan konsep diri harga diri rendah diharapkan rasa percaya diri pada pasien meningkat, Zebua et., al (2020).

Terapi Afirmasi Positif dapat mengontrol pikiran negatif pada pasien mengenai persepsi dirinya sendiri dan efektif untuk meningkatkan kebahagiaan seseorang yang memiliki pikiran yang positif atas dirinya, seseorang yang dapat berfikir positif cenderung lebih bahagia, sehat, berhasil dan dapat menyesuaikan dirinya kembali, Tika Duwi Lestari, (2020).

5. Evaluasi

Pada hasil evaluasi yang didapatkan dari kedua responden yaitu pasien 1 dan 2 didapatkan hasil bahwa pada pasien 1, gangguan konsep diri: harga diri rendah dapat diatasi dengan pemberian Terapi Afirmasi Positif, pasien mengatakan rasa malu untuk berinteraksi dengan orang lain berkurang saat pasien mengubah pemikiran menjadi lebih positif, sama halnya dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh, Ardania et al., (2024) di RSJD Surakarta diketahui bahwa setelah dilakukan tindakan implementasi Terapi Afirmasi Positif terdapat perubahan, pasien dapat mengontrol pikiran negatif mengenai persepsi dirinya sendiri dengan implementasi afirmasi positif yang diberikan. Sedangkan pada pasien 2, didapatkan perubahan perilaku rasa ingin menarik diri setelah diberikan Terapi Afirmasi Positif, hasil yang didapatkan dari tindakan yang dilakukan adalah perilaku pasien dapat berubah setelah diberikan penjelasan mengenai Terapi Afirmasi Positif. Sesuai dengan hasil studi yang dilakukan oleh (Zebua et al., 2022) menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi, kemampuan mengontrol rasa menarik diri dalam kategori kurang, namun setelah diberikan Terapi Afirmasi positif kemampuan pasien mengontrol rasa menarik diri meningkat, dimana mayoritas pasien mengatakan bahwa ketika tidak percaya diri aktivitasnya menjadi terganggu, saat itu pasien berusaha mengucapkan kalimat didalam hati yang dapat membantu meningkatkan rasa percaya dirinya kemudian mereka berusaha melihat hal positif yang ada dalam dirinya sehingga rasa percaya diri kembali normal selain itu, pasien juga menjadi lebih tenang. Kondisi ini dialami pasien karena pemberian Terapi Afirmasi Positif dapat membantu pasien memusatkan fokus dan kemampuan untuk berpikir logis.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, 2016, Makna Afirmasi, <http://biellsoft.blogspot.com/2016/11/makna-afirmasi.html>
- Agustin, I. M., Keliat, B. A., & Mustikasari. (2015). Penerapan Tindakan Keperawatan: Terapi Generalis Terhadap Ketidakberdayaan pada Lansia. *Jurnal Ners.* 10(2), 217-221. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/s-jkt/article/view/14900/11561>

- Ardania, Mira Wahyuni Kusmawati, et all. (2024). Efektifitas Terapi Afirmasi Positif Pada Pasien Harga Diri Rendah di RSJD. ARIF ZAINUDIN SURAKARTA. https://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/7679/1/NAS PUB_ARDANIA_SN231020.pdf
- Ardika, N. 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. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/5892/4924/11155>
- A.Smith, Jonathan. (2015). Dasar-Dasar Psikologi Kualitatif. Bandung: Penerbit Nusa Media.
- Azizah, Lilik Ma'rifatul, dkk. (2016). Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa. Yogyakarta: Indomedia Pustaka.
- Diyan, (2016). Asuhan Keperawatan Dengan Gangguan Harga Diri Rendah. Jakarta: Trans Info Media.
- Eni. (2020). Asuhan Keperawatan Pada Klien Skizofrenia Dengan Fokus Studi Harga Diri Rendah Di Rsj. Prof. dr. Soerojo Magelang. Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar Vol. 11 No. 2 <http://eprints.ukmc.ac.id/12465/11/NERS-2024-2335015-Cover.pdf>
- Hapsari, Nadia Sekartini. (2019). Pengaruh Afirmasi Positif Terhadap Tingkat Halusinasi Pada Pasien Skizofrenia Di Rsj Prof. Dr. Soeroyo Magelang Tahun 2019. Jurnal Keperawatan Universitas Muhammadiyah Magelang. 4(2), 45-47. http://eprintslib.ummg.ac.id/295/5/14.0603.0009_PERNYATAAN%20PUBLIKASI.pdf
- Jannah.N.(2015).Penerapan Teknik Berfikir Positif dan Afirmasi Positif kepada Pasien Ketidakberdayaan dengan Gagal Jantung Kongestif,119
- Jaya.K.(2015).Keperawatan Jiwa.pamulang:BinaRupaAksara
- Kozier & Erb's. (2012). Kozier & Erb's Fundamental of Nursing concepts, process and practice ninth edition. New Jersey: Person Education
- Lestari.Dwi.Tika. (2020).Terapi kognitif Pada Pasien Harga Diri Rendah,7.2-5. <https://journal.mediapublikasi.id/index.php/amma/article /2154/898/4897>
- Maruti, E. D., & Wandrati, M. (2018). Pengaruh Teknik Relaksasi Afirmasi Terhadap Efikasi Diri pada Pasien Kanker yang Menjalani Kemoterapi di Smc Rs Telogorejo. 8(2). 56-62. <http://ejournal.stikestelogorejo.ac.id/index.php/jikk/article/view/743/732>
- Muhith, A. (2015). Pendidikan Keperawatan Jiwa (Teori dan Aplikasi). Yogyakarta: Andi. http://repository.unissula.ac.id/6027/7/DAFTAR%20PUSTAKA_1.pdf
- Nababan, P. W. (2010).Sosiolinguistik.Suatu.Pengantar: PTGamedia
- Niawati, D., & Supradewi, R. (2017). Pengaruh Terapi Kelompok Berbasis Afirmasi Diri Untuk Menurunkan Tingkat Stres Dan Afek Negatif Pada Pasien Kanker. Jurnal Kesehatan Universitas Islam Sultan Agung, Semarang. 12(1). <http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/proyeksi/article /2848/2071>
- Nuraliyah, S., & Burmanajaya, B. (2019). Mekanisme Koping dan Respon Ketidakberdayaan pada Pasien Stroke. Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung. 11(1), 78-81..<http://repository.binawan.ac.id/2936/1/Buku%20Digital%20%20Ilmu%20Keperawatan%20Jiwa%20%283%29.pdf>
- Pinilih, S., Astuti, T., & Amin, K. (2014). Efektifitas Afirmasi Positif Terhadap Kecemasan Penderita Tuberculosis Paru di Balai Kesehatan Paru Masyarakat (BKPM) di Kota Magelang. http://C:/Users/Administrator/Downloads/SOP_NADIAANNISAFEBIANA_KTI.pdf

- Purwanto.T.(2015).Buku.Ajar.Keperawatan.Jiwa.Yogyakarta:PustakaBelajar
- PPNI, T.P (2015). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Nasional Indonesia.
- Risal,M.dkk.(2002).Ilmu Keperawatan Jiwa.Bandung: MediaSainsIndonesia.
<http://repository.binawan.ac.id/2936/1/Buku%20Digital%20%20Ilmu%20Keperawatan%20Jiwa%20%283%29.pdf>
- Riskesdas. (2018). Riset Kesehatan Dasar. RISKESDAS. Jakarta: Balitbang.Kemendes RI.
- Sitorus,Erita.end.Hununwidiastuti, Sri and Leniwita, Hasian (2019).buku.materi pembelajaran keperawatan jiwa. <https://sg.docworkspace.com/d/sAK9w-Cfvp7W3AYeb-rSzpxQ>
- Stuart, Gail Wiscarz. (2006). Dalam Susilaningih.(2021) Principle and Practice of Psychiatric Nursing. Courtney. 2009. Psikiatrik St Louis: Mosby.
<http://ejournal.akperkbn.ac.id/index.php/jkbb/article /79/95>
- Suharli.Aghfitania.Briliiani.dkk.(2023).Penerapan Intervensi Terapi Afirmasi Positif pada Pasien Harga Diri Rendah Kronik,4073.
- Surantini.Narisa.Wahyu.(2023).Penerapan Terapi Afirmasi Positif Terhadap Quality Of Life Pasien Harga Diri Rendah.16
- Tika Duwi Lestari. (2020). Afirmasi positif dalam menurunkan tingkat ketidakberdayaan pada pasien stroke.
<https://bimiki.e-journal.id/bimiki/article//396/177/>
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Nasional Indonesia.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2018). Standar Luaran Keperawatan Indonesia. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Nasional Indonesia
- Townsend, 1998 (Jaya, K 2015). Buku Saku Keperawatan Jiwa.Jakarta: BinaRupaAksara
- Wijayanti.D.Y.(2016).Buku.Ajar.kebutuhan.harga.diri.Semarang:UniversitasDiponegoro.https://docpak.undip.ac.id/1838/1/Study_Guide_Kebutuhan_Konsep_Diri.pdf
- World.Health.Organization.WHO. (2019). Kesehatan jiwa. Ilmu Keperawatan Jiwa
- Yuli. (2021). Buku Ajar Keperawatan Jiwa. Bandung : PT Refika Aditama
- 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/jcbkp.v5i2.1466>