

IMPLEMENTASI KEPERAWATAN JIWA TERAPI DIVERSIONAL PADA PASIEN HARGA DIRI RENDAH DI RUMAH SAKIT JIWA PROF.DR.MUHAMMAD ILDREM MEDAN

Jessika Caroline Br Sinulingga¹, Erita Gustina², Ika Ariyanti³

^{1,2,3}Akademi Keperawatan Kesdam I/ bukit Barisan Medan

E-mail: jessikasinulingga21@gmail.com

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Received :06-09-2026

Revised :27-09-2026

Accepted :06-10-2026

Keywords:

LowSelf-Esteem,
DiversionalTherapy,
Psychiatric Nursing.

DOI: <https://doi.org/10.62335>

ABSTRACT

Low self-esteem is a psychosocial problem characterized by feelings of orthlessness, low self-confidence, and a tendency to withdraw from ti vironment. This condition can hinder patients' ability to interact socially an carry out daily activities. Diversional therapy is one of the nursing interventions carried out through positive and enjoyable activities to divert patients' attention from negative thoughts and feelings and increase their involvement in activities. The purpose of this case study was to implement diversional therapy to help improve self-esteem and psychological well-being in patients with low self-esteem at Prof. DR. Muhammad Ildrem Mental Hospital, Medan. This case study employed a descriptive design with a case study approach involving two patients with low self-esteem. The implementation was carried out from March 31 to April 2, 2026, for three days with six sessions. Diversional therapy was provided through activities of making bead bracelets and weaving origami paper, accompanied by therapeutic communication and education regarding medication adherence. The results of the case study showed that both patients were able to actively participate in the activities, identify their abilities, repeat the activities that had been taught, improve their interactions, and demonstrate increased self-confidence. The patients were also able to express their feelings, understand the importance of engaging in positive activities, and demonstrate an understanding of

the importance of adherence to treatment. The conclusion of this case study shows that the implementation of diversional therapy can help improve self-esteem, self-confidence, interaction, and patients' ability to engage in positive activities.

ABSTRAK

Harga diri rendah merupakan masalah psikososial yang ditandai dengan perasaan tidak berharga, kurang percaya diri, dan kecenderungan menarik diri dari lingkungan. Terapi diversional merupakan intervensi keperawatan yang menggunakan kegiatan positif dan menyenangkan untuk mengalihkan perasaan negatif serta meningkatkan kemampuan pasien. Tujuan studi kasus ini adalah penerapan terapi diversional pada pasien dengan harga diri rendah di Rumah Sakit Jiwa Prof. DR. Muhammad Ildrem Medan. Metode yang digunakan studi kasus pada dua pasien dengan masalah harga diri rendah. Data diperoleh melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan studi dokumentasi. Implementasi dilakukan pada 31 Maret–02 April 2026 selama tiga hari dengan enam kali pertemuan. Terapi diversional dilakukan melalui kegiatan membuat gelang dari manik-manik dan menganyam kertas origami, disertai komunikasi terapeutik, dan edukasi kepatuhan minum obat. Hasil menunjukkan bahwa kedua pasien mampu mengikuti kegiatan dengan baik, mengenali kemampuan positif yang dimiliki, lebih aktif berinteraksi, mampu mengulangi kegiatan yang telah diajarkan, serta menunjukkan peningkatan rasa percaya diri. Pasien juga mampu mengungkapkan perasaan dan memahami pentingnya melakukan kegiatan positif serta kepatuhan minum obat. Kesimpulan menunjukkan bahwa implementasi terapi diversional dapat membantu meningkatkan harga diri dan kemampuan positif pasien dengan harga diri rendah

PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa merupakan salah satu aspek penting dalam kesehatan manusia secara menyeluruh. Namun, masalah kesehatan jiwa masih menjadi tantangan besar di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Prevalensi gangguan jiwa terus meningkat, dan dampaknya tidak hanya dirasakan oleh individu yang mengalaminya, tetapi juga oleh keluarga dan masyarakat. Gangguan jiwa seringkali disertai dengan masalah psikososial, salah satunya adalah harga diri rendah.

Harga diri rendah adalah semua pikiran, keyakinan dan kepercayaan yang merupakan pengetahuan individu tentang dirinya dan mempengaruhi hubungannya dengan orang lain. Harga diri rendah dapat disebabkan oleh dua faktor utama, yaitu faktor predisposisi dan faktor presipitasi. Faktor predisposisi meliputi penolakan orang

tua yang tidak realistis, kegagalan yang berulang, kurangnya rasa tanggung jawab pribadi, ketergantungan pada orang lain, serta memiliki citra diri yang tidak realistis. Sementara itu, faktor presipitasi yang memicu harga diri rendah biasanya berupa kehilangan bagian tubuh, perubahan penampilan atau bentuk tubuh, kegagalan, atau penurunan produktivitas (Kinasih et al., 2020).

Menurut data dari World Health Organization (WHO) pada tahun 2022, sekitar 478,5 juta orang di seluruh dunia mengalami gangguan jiwa. Dari jumlah tersebut, sekitar 264 juta mengalami depresi, 45 juta menderita bipolar, 20 juta dengan skizofrenia, dan 50 juta mengalami demensia. Selain itu, WHO juga melaporkan bahwa sekitar 300 juta individu di berbagai wilayah dunia menghadapi masalah kesehatan mental seperti depresi, bipolar, dan demensia, termasuk sekitar 24 juta orang yang didiagnosis dengan skizofrenia (Aprilia Sapitri et al., 2024).

Di Indonesia, jumlah kasus gangguan jiwa terus meningkat secara signifikan, menurut data Kementerian Kesehatan tahun 2021 sekitar 7 dari setiap 1.000 rumah tangga memiliki anggota keluarga yang mengalami gangguan tersebut. Diperkirakan ada sekitar 450 ribu orang yang terdampak. Selain itu, data menunjukkan bahwa sekitar 20 persen penduduk berpotensi mengalami masalah kesehatan mental. Kasus depresi dan kecemasan juga semakin banyak, dengan angka sekitar 6-9 persen berdasarkan hasil penelitian (Aprilia Sapitri et al., 2024).

Di Provinsi Sumatera Utara, prevalensi skizofrenia meningkat dari 0,9 per 1.000 penduduk menjadi 1,4 per 1.000 penduduk. Di Kota Medan, angka ini naik dari 1,0 per 1.000 penduduk menjadi 1,1 per 1.000 penduduk. Sementara itu, di Serdang Bedagai, prevalensi skizofrenia mengalami kenaikan signifikan dari 1,2 per 1.000 penduduk menjadi 2,5 per 1.000 penduduk. Di Samosir, angka tersebut juga meningkat dari 1,4 per 1.000 penduduk menjadi 2,1 per 1.000 penduduk (Pardede et al., 2021).

Berdasarkan data rekam medis dari Rumah Sakit Jiwa Prof. DR. Muhammad Ildrem, pada tahun 2023 tercatat sebanyak 1.539 jiwa. Pada 2024, didapatkan penurunan jumlah menjadi 1.080 jiwa, dan pada tahun 2025 bulan Januari sampai September di dapatkan 1.076 jiwa dengan 5 diagnosis terbanyak setiap tahunnya adalah Skizofrenia dan Waham yang mencapai sekitar 69,9% (752 jiwa), Prilaku Akibat Penggunaan Zat Psiko Aktif 2,3% (25 jiwa), Gangguan Mental Organik 1,0%(11 jiwa), Gangguan Suasana Perasaan (Afektif) 0,6%(6 jiwa), Retardasi Mental 0,1%(1 jiwa) dan terdapat diagnosis lainnya Halusinasi Pendengaran, Gangguan Bipolar, Gangguan Kecemasan Berat, Gangguan Psikosis, Gangguan Kepribadian, Gangguan Stres Pasca Trauma (PTSD),Gangguan Memori dan Konsentrasi,Gangguan Fungsi Sosial dan Interaksi Sosial (isolasi sosial) 26,1%(281 jiwa).

Salah satu intervensi yang dapat diterapkan untuk meningkatkan harga diri pada pasien adalah pemberian terapi diversional. Terapi diversional adalah cara terapi yang menggunakan kegiatan yang menyenangkan untuk mengisi waktu, dengan tujuan mengalihkan perasaan negatif. Melalui aktivitas yang disukai, terapi ini membantu meningkatkan rasa percaya diri dan harga diri pasien secara alami (Alpita., 2022).

Terapi diversional membantu pasien untuk lebih percaya diri dengan mengajak mereka melakukan kegiatan yang bermanfaat. Lewat terapi ini, pasien jadi tahu kemampuan baik yang mereka punya dan bisa mencoba menggunakannya dalam kehidupan sehari-hari. Perawat juga punya peran penting dengan memberikan dukungan, misalnya dengan memuji saat pasien berhasil melakukan suatu aktivitas. Dengan begitu, pasien merasa dihargai dan termotivasi untuk terus melakukan kegiatan tersebut, sehingga rasa percaya diri mereka semakin meningkat (Biahimo et al., 2024).

Hasil penelitian (Alpita., 2022) bahwa setelah pasien menjalani terapi diversional, terjadi peningkatan yang signifikan dalam skor harga diri. Pada pengukuran awal, pasien I memiliki skor 23 dan pasien II skor 26, yang menunjukkan harga diri rendah. Namun, setelah terapi, skor pasien I naik menjadi 49 dan pasien II menjadi 50, yang masuk dalam kategori harga diri normal. Selain itu, pasien juga merasa lebih percaya diri, lebih bersyukur dengan kondisinya, melakukan kontak mata yang lebih baik, dan tampak lebih bersemangat.

Hasil penelitian (Biahimo et al., 2024) Setelah diberikan terapi diversional, peneliti melakukan pengukuran ulang tingkat harga diri pasien menggunakan lembar observasi. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa pasien mulai berani melakukan kontak mata saat berkomunikasi, tidak lagi mengkritik diri sendiri, dan menunjukkan rasa syukur yang lebih besar.

Berdasarkan data diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang Implementasi Keperawatan Keluarga dalam mengatasi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Senam Hamil di wilayah Kerja UPT Puskesmas Pulo Brayan.

METODE PENELITIAN

Desain pada penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan jenis penelitian studi kasus. Subyek penelitian adalah pasien dewasa dengan masalah keperawatan yang sama yaitu pada pasien harga diri rendah di RS Jiwa Prof.DR.Muhammad Ildrem Medan. Jumlah subyek penelitian yaitu dua orang pasien dengan diagnosa keperawatan yang sama dengan kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut: pasien dengan masalah harga diri rendah, pasien yang kooperatif, pasien yang bersedia menjadi responden. kriteria eksklusif, pasien yang tidak mengalami harga diri rendah dan kriteria eksklusi, pasien yang tidak kooperatif, pasien yang tidak bersedia menjadi responden. Fokus penerapan terapi ini adalah memberikan terapi diversional pada pasien harga diri rendah.

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 31 Maret 2026 s/d 02 April 2026 selama 3 hari dengan 6 kali pertemuan, mulai pukul 08.00 s/d 18.00 wib di Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. Muhammad Ildrem Medan sesuai dengan rancangan penelitian. Metode pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara dan observasi pengkajian fisiki (dengan pendekatan secara: inspeksi, palpasi, perkusi, auskultasi pada responden). Metode Analisa Data meliputi data subjektif dan data objektif dalam bentuk table dan bentuk narasi untuk menjelaskan hasil studi kasus. Metode Analisa Data meliputi data subjektif dan data objektif dalam bentuk table dan bentuk narasi untuk menjelaskan

hasil studi kasus. Penerapan etik yang dilakukan dalam penelitian dengan menggunakan aspek etika penelitian, yang meliputi anonimity (anonimitas), confidentiality (kerahasiaan).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti melakukan penelitian pada kasus 1 dan kasus 2. Hasil pengkajian pada pasien 1 dan pasien II didapatkan mengalami gangguan Konsep Diri: Harga Diri Rendah. Hasil pengkajian didapatkan beberapa persamaan data yaitu, pada pasien 1 dan 2 adalah pasien berjenis kelamin Perempuan, tamatan SMA, diagnosa yang sama pasien Gangguan Konsep Diri: Harga Diri Rendah dan dilakukan penelitian pada tanggal 31 s/d 02 April 2026 dimulai pada pukul 08.00 s/d 18.00 wib, Sedangkan perbedaan pasien 1 dan II yaitu pasien 1 usia 40 tahun, berstatus sudah menikah sedangkan pasien II usia 29 tahun, berstatus belum menikah. Alasan masuk pada kedua pasien dijelaskan bahwa pada pasien 1 sering menyendiri, jarang berbicara, dan menghindari orang lain. Keluhan saat ini pada pasien 1, Pasien malu dengan dirinya, tidak percaya diri karena belum memiliki anak dan pekerjaan, merasa tidak berguna dan tidak mau berinteraksi dengan orang sekitarnya. Sedangkan pasien II sering menyendiri, menangis, melamun, sulit tidur, dan sering membicarakan seseorang laki-laki yang sangat disukai. Keluhan saat ini pasien II adalah Pasien masih sering melamun memikirkan laki-laki yang disukainya, merasa sedih cintanya dikhianati, malu pada lingkungan karena belum menikah di usia 29 tahun, merasa dirinya gagal sebagai perempuan, dan sering membandingkan diri dengan teman temannya yang sudah menikah (Tukatman., 2022).

Diagnosa keperawatan pada pasien I dan pasien II sama masalah keperawatan yang sama yaitu Perubahan Konsep Diri: Harga Diri Rendah, Isolasi Sosial: Menarik Diri, Koping Individu Inefektif. Sedangkan perbedaan pada pasien 1 dan II terdapat masalah keperawatan Resiko gangguan persepsi sensori halusinasi pendengaran, Regimen Terapeutik Inefektif karena Pasien 1 adalah pasien berulang sedangkan pasien ke II baru pertama kali dirawat.

Implementasi dalam melakukan asuhan keperawatan dengan cara strategi pelaksanaan (SP), yaitu sp 1-5 pada pasien. Pada SP 1 bina hubungan saling percaya menggunakan komunikasi terapeutik dengan pasien dan pasien mampu menerima kehadiran perawat. Pada SP 2, pasien dibantu mengontrol Perubahan Konsep Diri: Harga Diri Rendah melalui terapi diversional, seperti membuat gelang manik-manik dan menganyam origami sesuai kemampuan pasien. Pasien dilatih untuk meningkatkan rasa percaya diri, mengenali kemampuan yang dimiliki. Pasien mampu mengikuti dan mengulangi terapi yang telah diajarkan dengan baik. SP 3 Pasien mampu meningkatkan rasa percaya diri melalui bercakap- cakap, SP 4 bantu kepatuhan minum obat secara teratur.

Pada pasien 1 sp 1 dan sp 2 dilakukan pada pertemuan pertama dan kedua tanggal 31 maret 2026 pukul 09.00-09.15 WIB dan pukul 14.00-14.15 (Membina hubungan saling percaya, membantu pasien mengontrol Perubahan Konsep Diri: Harga Diri

Rendah dengan melatih kemampuan positif pasien melalui terapi diversional, seperti membuat gelang manik-manik, menganyam origami sesuai kemampuan pasien. SP 3 dilakukan pada pertemuan ketiga dan tanggal 01 April 2026 pukul 09.00–09.15 WIB (dengan membantu pasien mengontrol Perubahan Konsep Diri: Harga Diri Rendah melalui terapi bercakap-cakap sesuai kemampuan pasien. SP 4 dilakukan pertemuan keempat tanggal 02 April 2026 pukul 09.00– 09.15 (Melatih kepatuhan meminum obat). Klien akhirnya mengetahui betapa pentingnya obat dalam proses kesembuhannya.

Sebelum terapi diversional, pasien memperoleh skor 30 (rendah) yang menunjukkan pasien masih merasa minder, tidak percaya diri, dan merasa tidak berguna. Setelah terapi kegiatan positif, skor meningkat menjadi 45 (normal). Pasien tampak lebih percaya diri, lebih aktif mengikuti kegiatan, dan mulai mampu menerima dirinya. Sedangkan pada pasien II Sebelum terapi diversional, pasien memperoleh skor 28 (rendah) yang menunjukkan pasien masih merasa minder, malu, dan sering membandingkan diri dengan orang lain. Setelah terapi kegiatan positif, skor meningkat menjadi 46 (normal). Pasien tampak lebih percaya diri, lebih terbuka, dan mulai berpikir lebih positif tentang dirinya. Pada kedua pasien terjadi peningkatan skor harga diri dari kategori rendah menjadi normal setelah diberikan terapi diversional, sehingga terapi kegiatan positif menunjukkan hasil yang baik dalam meningkatkan harga diri pasien.

Sesuai dengan hasil penelitian (Marlina & Agustriyani., 2025) menunjukkan bahwa terapi diversional efektif dalam meningkatkan harga diri pasien. Pada hari pertama, tingkat harga diri kedua pasien berada pada kategori rendah (dengan skor masing-masing 17 dan 16). Setelah diberikan intervensi, pasien mulai menunjukkan perubahan positif, seperti meningkatnya interaksi sosial, keterlibatan dalam perencanaan kegiatan harian, serta partisipasi aktif dalam berbagai aktivitas. Pada hari keempat, skor harga diri pasien meningkat menjadi kategori sedang (33 dan 30). Peningkatan ini mencerminkan bertambahnya motivasi, kesadaran diri, serta keterlibatan pasien dalam aktivitas sosial.

Tabel 1.
Observasi skala harga diri restanti (2021).

Kasus	Skor akhir	
	Sebelum	Sesudah
Kasus 1	Skor 30	Skor 45
Kasus 2	Skor 28	Skor 46

Ket :

- 1-13 = sangat rendah,
- 14-33 = rendah,
- 34-47 = normal,
- 48-52 = tinggi,
- 53-65 = sangat tinggi

KESIMPULAN

Hasil evaluasi pada kedua pasien menunjukkan bahwa tindakan keperawatan yang diberikan telah diterapkan dengan baik. Pasien mengalami peningkatan harga diri, mampu mengenali potensi diri, meningkatkan interaksi sosial, dan lebih patuh terhadap pengobatan. Hal ini sesuai dengan kriteria hasil, yang ditandai dengan meningkatnya penilaian positif terhadap diri, rasa percaya diri, kemampuan mengungkapkan kelebihan diri, serta menurunnya perasaan rendah diri. Setelah implementasi selama tiga hari dengan enam kali pertemuan, masalah keperawatan Perubahan Konsep Diri: Harga Diri Rendah menunjukkan perkembangan ke arah perbaikan dan dinyatakan selesai dengan harapan masalah teratasi (Arif Munanda., 2023).

DAFTAR PUSTAKA

- Alpita, P. (2022). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Konsep Harga Diri Rendah Dengan Pemberian Terapi Kegiatan Positif (Terapi Diversional). *Karya Tulis Ilmiah*, 2(4), 1–16.
- Aprilia Sapitri, Nurwijaya Fitri, Nova Mardiana, & Indah Permata Sari. (2024). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perawatan Keluarga Terhadap Orang Dengan Gangguan Jiwa (Odgi). *Journal Of Nursing Science Research*, 1(2), 83–94. <https://doi.org/10.33862/jnsr.v1i2.457>
- Arif Munanda. (2023). Keperawatan Jiwa (Konsep Dan Penerapannya). *Buku Keperawatan Jiwa*.
- Biahimo, N. U. I., Piola, W. S., Firmawati, & Taib, V. S. (2024). Penerapan Terapi Diversional Pada Pasien Harga Diri Rendah di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto Kabupaten Gorontalo. *Malahayati Nursing Journal*, 6(8), 3050–3059.
- Febristi, A. (2020). Hubungan faktor individu dengan self esteem (harga diri) remaja panti asuhan di Kota Padang tahun 2019. *Menara Ilmu: Jurnal Penelitian Dan Kajian Ilmiah*, 14(1), 8–18.
- Kinasih, L. P., Rohmi, F., & Agustiningsih, N. (2020). Literature Review : Efektivitas Terapi Menggambar Pada Pasien Harga Diri Rendah. *Caring : Jurnal Keperawatan*, 9(2), 110–117.
- Marlina, L., & Agustriyani, F. (2025). Studi Kasus Penerapan Terapi Diversional Rendah Kronis di Ruang Rawat Inap untuk Pasien Harga Diri Case Study on the Application of Diversional Therapy for Patients with Chronic Low Self-Esteem in the Inpatient Ward. 7, 236–245.
- Pardede, J. A., Siregar, L. M., & Hulu, E. P. (2021). Efektifitas Behavior Therapy Terhadap Risiko Perilaku Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan Universitas Sari Mutiara Ind. February, 6–13.
- Ramba, R., Gismin, St. S., & Aditya S., A. M. (2023). Pengaruh Regulasi Emosi terhadap Harga Diri pada Siswa SMA yang Menggunakan Media Sosial di p;pKota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 3(1), 214–219. <https://doi.org/10.56326/jpk.v3i1.2103>
- Stevani, G., Nurbaya, S., & Hasifah. (2024). Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Harga Diri Rendah Di Rskd Dadi Provinsi Sulawesi Selatan. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 4, 2024.

- Susilaningsih, I., & Sari, R. N. (2021). Literature Review : Terapi Kognitif pada Klien Harga Diri Rendah. *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*, 7(1), 53–67. <https://doi.org/10.56186/jkbb.86>
- Tim Pokja, S. D. P. (2017a). Standar Diagnosis Keperawatan (Cetakan 3). Dewan Pengurus Pusat Persatuan Nasional.
- Tim Pokja, S. D. P. (2017b). Standar Luaran Keperawatan Indonesia. Dewan Pengurus Pusat Persatuan Nasional.
- Tim Pokja, S. D. P. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia. Dewan Pengurus Pusat Persatuan Indonesia Nasional.
- Tukatman. (2022). Buku Ajar Keperawatan jiwa Definisi Isolasi sosial, Tanda dan gejala.
- Wenny, B. P., Freska, W., & Refnandes, R. (2023). Buku Ajar Keperawatan Psikiatri.
- Widyowati, A., & Priyatin, W. (2025). Nursing Care For Low Self Estem Self With A Focus On. 2018, 126–133