

LITERATURE REVIEW: EFEKTIVITAS TERAPI OKUPASI PADA PASIEN HARGA DIRI RENDAHLinda Putri Kinasih¹, Faizatur Rohmi², Nia Agustiningih³¹ Mahasiswa STIKes Keanjen² Dosen STIKes Keanjen³ Dosen STIKes Keanjena lindapranata2507@gmail.comb Faizaturrohmi@gmail.comc anisa.hanifa1115@gmail.com**HIGHLIGHTS**

- Efektivitas terapi okupasi pada pasien harga diri rendah

ARTICLE INFO**Article history**

Received date 29 June 2020

Revised date 30 June 2020

Accepted date 20 July 2020

Keywords:

Terapi okupasi
harga Diri Rendah
terapi bina diri

ABSTRACT / ABSTRAK (DALAM DUA BAHASA)

Pada pasien skizofrenia dengan harga diri rendah sering disertai gejala kurangnya perawatan diri seperti berpakaian tidak rapi, tidak berani bertatap muka dengan lawan bicara, lebih banyak menundukkan kepala, berbicara lambat dan nada suaranya lemah, bila kondisi pada klien tidak dilakukan intervensi yang tepat dapat menyebabkan klien tidak mau bergaul dengan orang lain (isolasi sosial) dan mengakibatkan klien asik dengan dunia dan pikirannya sendiri sehingga dapat muncul resiko kekerasan bila didekati orang lain. Oleh karena itu klien dengan harga diri rendah perlu diberikan asuhan keperawatan, adapun salah satu terapi yang dapat diberikan kepada si penderita adalah terapi okupasi, yang mana si penderita akan diberikan latihan atau aktivitas untuk mengerjakan kegiatan yang sudah terseleksi dan tentunya sesuai dengan keadaan si penderita.

In schizophrenic patients with low self-esteem are often accompanied by symptoms of lack of self-care such as dressing neatly, not daring to meet face-to-face with the speaker, lowering their heads, speaking slowly and tone of voice is weak, if the conditions on the client are not done the right intervention can cause the client does not want to mix with others (social isolation) and result in the client cool with the world and his own thoughts so that there can be a risk of violence when approached by others. Therefore, clients with low self-esteem need to be given nursing care, as for one of the therapies that can be given to the sufferer is occupational therapy, where the sufferer will be given training or activities to do the selected activities and of course in accordance with the condition of the sufferer.

Copyright © 2017 Caring : Jurnal Keperawatan.
All rights reserved

***Corresponding Author:**

Furaida Khasanah,
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta,
Jln. Tata Bumi No. 3, Banyuraden, Gamping, Sleman.
Email: ners.fura@gmail.com

1. INTRODUCTION

Skizofrenia merupakan gangguan yang mempengaruhi kemampuan seseorang untuk berfikir, merasakan dan berperilaku dengan baik. Adapun skizofrenia dengan harga diri rendah merupakan perasaan tidak berharga, tidak berarti dan rendah diri yang berkepanjangan akibat evaluasi negatif terhadap diri sendiri dan kemampuan diri, hal ini sering juga disertai dengan kurangnya perawatan diri, berpakaian tidak rapi, selera makan menurun, tidak berani bertatap muka dengan lawan bicara, lebih banyak menundukkan kepala, berbicara lambat dan nada suaranya lemah. Oleh karena itu klien dengan harga diri rendah perlu diberikan asuhan keperawatan terapi okupasi guna mengurangi gejala dan meningkatkan harga diri rendah pasien (Suerni, 2013).

Riskesdas (2018) memperkirakan sebanyak 29.228 jiwa di Jawa Timur yang mengalami Skizofrenia dengan harga diri rendah dan terdapat 1.943 jiwa di daerah kota Malang yang mengalami Skizofrenia dengan harga diri rendah, jumlah ini tersebar di perkotaan dan pedesaan dengan prevalensi jumlah di perkotaan sebanyak 15.222 jiwa dan di pedesaan sebanyak 14.006 jiwa. Adapun dalam studi pendahuluan yang dilaksanakan 31 oktober 2019 diketahui bahwa gangguan jiwa dengan harga diri rendah adalah gangguan jiwa yang menempati urutan kedua paling banyak diderita di desa Bantur yang tersebar di 14 RT yang mayoritas disebabkan oleh cacat bawaan dan beberapa kasus disebabkan karena kehilangan pekerjaan sehingga menyebabkan rendahnya harga diri pasien. Berdasarkan tingginya angka kejadian diatas peneliti tertarik meneliti tentang masalah gangguan jiwa dengan harga diri rendah. (Puskesmas Bantur, 2019).

Harga diri rendah terjadi karena faktor predisposisi dan faktor presipitasi. Faktor predisposisi seperti penolakan orang tua yang tidak realistis, kegagalan berulang kali, kurang mempunyai tanggung jawab personal, ketergantungan terhadap orang lain, ideal diri yang tidak realistis. Sedangkan faktor presipitasi terjadinya harga diri rendah biasanya adalah kehilangan bagian tubuh, perubahan penampilan atau bentuk tubuh, kegagalan atau produktivitas menurun. Baik faktor predisposisi maupun presipitasi diatas bila mempengaruhi seseorang dalam proses berfikir, bersikap maupun bertindak, maka dianggap sebagai koping individu yang tidak efektif dan bila kondisi pada klien tidak dilakukan intervensi yang tepat dapat menyebabkan klien tidak mau bergaul dengan orang lain (isolasi sosial : menarik diri), yang menyebabkan klien asik dengan dunia dan pikirannya sendiri sehingga dapat muncul resiko kekerasan bila didekati orang lain (Yosep, 2014).

Intervensi penting yang dilakukan perawat dalam memberikan perawatan pada pasien harga diri rendah adalah pada prinsipnya untuk memaksimalkan rasa percaya diri, meminimalkan rasa tidak percaya diri dan perasaan tidak berharga serta mengembangkan kemampuan positif yang dimiliki oleh klien melalui terapi okupasi. Jenis terapi okupasi pada klien dengan Harga Diri Rendah tentunya berbeda-beda sesuai dengan kondisi pasien. Berbagai macam terapi okupasi telah diteliti serta diterapkan dalam menangani Harga Diri Rendah. Tujuan *literature review* ini untuk mengetahui efektivitas dari berbagai macam jenis terapi okupasi pada pasien Harga Diri Rendah.

2. MATERIALS AND METHOD

Dalam penulisan artikel ini menggunakan metode *literature review*, yaitu menguraikan tentang teori, temuan dan bahan penelitian lainnya. Jurnal yang diperoleh adalah jurnal yang diterbitkan dalam 4 tahun terakhir yaitu dari tahun 2016 sampai 2020 dengan jumlah 8 jurnal yang menggunakan kata kunci "Terapi Okupasi", "Harga Diri Rendah", dan "Terapi Bina Diri". Semua data dan informasi yang diperoleh tersebut diseleksi berdasarkan kerelevannya kemudian dianalisis secara deskriptif untuk menjelaskan berbagai macam metode yang ada.

3. RESULTS AND DISCUSSION

HASIL

Analisis kritis pada 8 artikel penelitian yang menjadi sampel dalam *literature review* ini dituangkan dalam bentuk Tabel 1.

Tabel 1. *Table result literatur review*

No	Judul Peneliti, tahun	Design dan Teknik sampling	Populasi dan sample	Hasil
1	Efektifitas Terapi Okupasi : Berkebun Untuk Meningkatkan Harga Diri Pada Pasien Harga Diri Rendah Di Wilayah Puskesmas Sruweg.	Metode deskriptif analitis <i>Purposive sampling</i>	Penelitian ini mengambil dua pasien dengan kriteri inklusi : sama-sama mengalami gangguan harga diri rendah di wilayah Puskesmas Sruweg	Terapi okupasi berkebun efektif diterapkan terhadap penurunan tanda gejala dan peningkatan kemampuan pada pasien HDR (<i>p value</i> = 0.009)
	(Astriyana, & Arnika, D., 2019)			
2	Pengaruh Terapi Rekreasi Permainan Crocodile River Terhadap Harga Diri Rendah Situasional Siswa Di SMA Kesatria 1 Semarang Yang Mengalami Bullying	Quasi experiment <i>Purposive sampling</i>	Siswa kelas X yang mengalami bullying di SMA Ksatria 1 dengan jumlah 51 siswa.	Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa skor harga diri rendah siswa SMA yang telah diberikan terapi mengalami peningkatan dari lemah menjadi normal sebanyak (96,1%) dan lemah (3,9%) dengan rata-rata 17,84. Hal ini menunjukkan bahwa terapi rekreasi crocodile river berhasil
	(Ikha, A & Titik., 2016)			
3	Pengaruh Penerapan Kegiatan Menjahit Pada Tn J Dengan Masalah Harga Diri Rendah	Studi kasus	Subjek penelitian ini adalah Tn J dengan latar belakang Pendidikan S1 yang mengalami gangguan harga diri rendah	Hasil penerapan aktivitas menjahit pada Tn J dinyatakan berhasil dengan hasil jawaban pasien tidak ragu-ragu, suara jelas, kontak mata bisa dipertahankan, tidak menunduk dan tidak tampak murung.
	(Ita, S & Susilaningsih., 2019)			
4	Terapi Kreasi Seni Menggambar Terhadap Kemampuan Melakukan Menggambar Bentuk Pada Pasien Harga Diri Rendah	Quasi experiment al Pre-post without control <i>Purposive sampling</i>	Klien dengan gangguan harga diri rendah di ruang rawat inap elang 1, merak dan perkutut rumah sakit jiwa dr.Soehartoe heerdjan Jakarta dengan menggunakan total populasi 33 orang.	1) Kemampuan melakukan kegiatan pasien hdr sebelum diberikan terapi sebagian besar tidak mampu melakukan kegiatan SP1 2) Kemampuan melakukan kegiatan pasien hdr setelah diberikan terapi sebagian besar pasien mampu melakukan SP1 3) Pengaruh kreasi seni menggambar terhadap kemampuan melakukan
	(Muhammad, M & Marisca, A., 2018)			

				kegiatan berdasarkan arti dari menggambar bentuk pada pasien HDR di RSJ dr. Soeharto Heerdjan Jakarta.
5	Upaya Aktivitas Merias Diri Untuk Meningkatkan Harga Diri Pada Pasien Harga Diri Rendah (Ayu, D., 2019)	Deskriptif dengan pendekatan <i>case study</i> research (studi kasus). <i>Purposive sampling</i>	3 pasien dengan masalah gangguan harga diri rendah di bangsal srikansi RSJ dr. Arif Zainudin Surakarta.	Hasil setelah dilakukan terapi berhias adalah perubahan dari yang awalnya keadaan pasien kotor, rambut acak-acakan dan bau badan tidak sedap menjadi meningkat yaitu pasien menjadi mampu berhias atau ber <i>make-up</i> (menyisir rambut, memakai bedak, memakai lipstick) bermanfaat untuk meningkatkan harga diri pasien.
6	Plant Therapy Untuk Meningkatkan Harga Diri Pada Klien Dengan Harga Diri Rendah Di Panti Rehabilitasi Pengemis, Gelandangan Dan Orang Terlantar (PR-PGOT) (Puji, S dkk., 2019)	Studi Kasus <i>Purposive sampling</i>	Pasien dengan masalah harga diri rendah berjumlah 15 orang yang terbagi menjadi 3 kelompok Di Panti Rehabilitasi Pengemis, Gelandangan Dan Orang Terlantar (PR-PGOT)	Hasil setelah diberikan terapi dapat dilihat dari tanda gejala klien, yang mana klien lebih terbuka terhadap dirinya sendiri (memiliki kemampuan dalam hal bercocok tanam), dan mampu menerima keadaan diri serta klien tampak antusias untuk mengikuti terapi.
7	Outdoor Cycling Improves Clinical Symptoms, Cognition And Objectively Measured Physical Activity In Patients With Schizophrenia : A Randomized Controlled Trial (Ryu J dkk., 2019)	Studi Kasus <i>Purposive sampling</i>	65 pasien rawat jalan dengan diagnosis utama skizofrenia, yang memenuhi kriteria usia 18-65 tahun, dan melewati tahapan wawancara tatap muka.	Hasil setelah dilakukan terapi bersepeda selama 16 minggu. Terapi ini menunjukkan dapat mengurangi gejala kejiwaan, dan disfungsi kognitif serta meningkatkan fungsi adaptif.
8	Pengaruh Terapi Senam Aerobic Low Impact Terhadap Tingkat Depresi Pada Pasien Skizofrenia Di RSJD DR. RM. SOEDJARWADI PROVISI JAWA TENGAH. (Ngapiyem R & Agnes L., 2018)	Quasi experimental <i>Purposive sampling</i>	Sample dalam penelitian ini adalah 19 pasien skizofrenia	Hasil setelah dilakukan terapi senam aerobik pada pasien skizofrenia sangat berpengaruh, hal ini dibuktikan dengan bahwa aktivitas tersebut dapat meningkatkan kepercayaan diri pasien dan dapat membantu pasien mengontrol amarah. serta dapat bermanfaat menurunkan berat badan, meningkatkan nafsu makan,

mengurangi ketegangan dan dapat menimbulkan kegembiraan karna gerakan yang dilakukan.

PEMBAHASAN

Harga diri rendah merupakan perasaan rendah diri, tidak berharga dan tidak memiliki kemampuan apapun, hal ini disebabkan oleh banyak faktor diantaranya kejadian bullying, pernah mengalami kekerasan dan lain sebagainya. Gangguan ini apabila tidak ditangani dengan baik akan berpengaruh terhadap hubungan pasien dengan orang disekitarnya mulai dari merasa malu, sering menyendiri bahkan sampai mengisolasi diri dari lingkungan (Suerni,2013). Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa terapi okupasi dipercaya dapat meningkatkan harga diri seseorang, memaksimalkan dan mengembangkan kemampuan positif penderita harga diri rendah.

(Astriyana & Arnika, 2019) memberikan intervensi berupa terapi berkebun (cabai) pada pasien HDR yang diterapkan kepada 2 subjek pasien HDR, dengan pelaksanaan 5 kali pertemuan dengan rangkaian kegiatan mulai dari memilah bibit, menyiapkan polybag, menyiapkan media tanam, menyiram dan menjaga kebersihan tanaman hingga memanen. Berdasarkan hasil implementasi yang telah dilakukan selama 5 kali pertemuan dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan kemampuan menanam cabai di polybag yaitu pada P1 dari 45,4% menjadi 100% (kategori sangat baik) dan pada P2 dari 36,3% (kategori kurang) menjadi 81,8% (kategori sangat baik).

(Ikha & Titik, 2016) menerapkan terapi bermain Crocodile River pada 51 siswa Di SMA Kesatria 1 Semarang Yang Mengalami Bullying. Adapun permainan ini adalah permainan memindahkan seluruh anggota kelompok dari satu tempat ke tempat lain dengan cara menaiki sebuah media berupa papan atau ban mobil bekas, tanpa diperbolehkan menyentuh tanah. Tujuannya untuk melatih kemampuan berfikir, kreatif dan kemampuan memecahkan masalah serta berkomunikasi secara efektif dengan sesama responden. Setelah dilakukan terapi diperoleh data bahwa terdapat 2 responden yang masih mengalami HDR situasional meskipun sudah dilakukan terapi, hal ini terjadi karena responden kurang bisa membuka diri dan kurang percaya diri. Adapun hasil keseluruhan tingkat HDR situasional yang awalnya 100% (lemah) menjadi normal (96,1) dan lemah sebanyak (3,9%). Hal ini menjadikan terapi permainan Crocodile River dinilai efektif dalam meningkatkan harga diri rendah akibat *bullying*.

(Ita & Susilaningih, 2019) menerapkan terapi okupasi menjahit pada Tn J yang dilaksanakan sebanyak 5 kali pertemuan dengan rangkaian kegiatan mulai dari BHSP, melakukan demonstrasi dan evaluasi demonstrasi menjahit, membuat daftar kegiatan, memilah baju sobek, sampai dengan pelaksanaan menjahit. Pada saat dilakukan terapi responden sempat tidak mau karena masih merasa tidak mempunyai kemampuan apapun, tetapi setelah dilakukan BHSP responden mulai mau terbuka dan melakukan terapi, kemudian setelah dilakukan terapi didapatkan hasil evaluasi dipertemuan keempat yaitu pasien sudah tidak ragu-ragu, suara terdengar lantang dan jelas, serta kontak mata dapat dipertahankan, pasien juga mampu melakukan kegiatan menjahit secara mandiri dan memasukkan kegiatan kedalam jadwal harian secara mandiri.

(Muhammad & Marisca, 2018) menerapkan terapi menggambar pada 33 pasien di ruang rawat inap elang 1, merak dan perkutut rumah sakit jiwa Dr.Soehartoe, dengan pelaksanaan menggambar apa yang disukai yang dilakukan secara Bersama-sama. Setelah dilakukan terapi didapatkan hasil bahwa sebelum dilakukan terapi menggambar kategori tidak mampu sebanyak 20 (60,6%) dan sesudah diberikan terapi kategori tidak mampu menurun menjadi 5 (15,2%).

Ayu, D (2019) mengimplementasikan terapi okupasi merias diri yang diterapkan pada 3 responden yang mengalami gangguan harga diri rendah di bangsal srikandi RSJ Dr. Arif Zainudin Surakarta. Dengan rangkaian kegiatan mulai dari BHSP, mengenalkan apa itu kebersihan, pentingnya merias diri, dan mengajarkan cara berhias sampai dengan penatalaksanaan berhias. Dengan hasil yang diperoleh setelah melakukan terapi berhias yaitu kemampuan berhias meningkat (menyisir, memakai lipstick, bedak)

yang mana sebelumnya didapati ketiga pasien berpenampilan tidak rapi, rambut acak-acakan, bau tidak sedap dan muka terlihat kusam.

(Puji dkk., 2019) menerapkan Plant Therapy yang diterapkan pada 15 orang Di Panti Rehabilitasi Pengemis, Gelandangan Dan Orang Terlantar (PR-PGOT. Adapun pelaksanaan kegiatan BHSP, pengenalan tentang plant therapy, membagi kelompok, pelaksanaan terapi, sampai evaluasi bercocok tanam. Hasil yang diperoleh setelah dilakukan terapi yaitu adanya peningkatan harga diri para peserta, para peserta juga terlihat sangat antusias dan tampak saling membantu dalam bercocok tanam.

(Ryu Jehkwang dkk., 2019) menerapkan terapi okupasi bersepeda pada 65 pasien yang mengalami skizofrenia. Terapi bersepeda ini dilakukan di ruang terbuka hijau (alami) selama 16 minggu secara berkelompok. Adapun langkah-langkah dalam terapi adalah 15 menit untuk menetapkan tujuan hari itu dan Pendidikan keselamatan, 10 menit untuk latihan pemanasan, 40 menit untuk latihan bersepeda, 10 untuk pendinginan, dan 15 menit terakhir untuk diskusi mengenai evaluasi dan pencapaian hari itu secara berkelompok.

(Ngapiyem & Agnes, 2018) menerapkan terapi okupasi berupa senam aerobic pada pasien yang mengalami skizofrenia. Terapi senam aerobic ini dilakukan 5 kali dalam satu minggu dan dari hasil penerapan tersebut ditemukan bahwa terapi ini dapat bermanfaat menurunkan berat badan, meningkatkan nafsu makan, serta mengurangi ketegangan dan dapat menimbulkan kegembiraan karna gerakan-gerakan yang dilakukan.

Ahmad, M (2019) Adapun jurnal terbaru berpendapat bahwa terapi okupasi psikoedukasi keluarga adalah cara yang efektif digunakan untuk pasien HDR, terapi ini dilakukan dengan cara memberikan informasi dan edukasi mengenai perawatan keluarga terhadap anggota keluarga yang mengalami HDR, alasan terapi ini digunakan adalah keluarga merupakan orang terdekat dan orang yang paling sering berinteraksi dengan pasien dan diharapkan dengan pengikutsertaan keluarga dapat memberikan rasa nyaman terhadap pasien dan mampu membantu pasien mengurangi gejala dan meningkatkan rasa percaya diri. Adapun hasil dari penerapan terapi psikoedukasi yang sudah dilakukan adalah kemampuan kognitif keluarga meningkat yang awalnya 14,56% (kurang) menjadi 25,03% (normal).

7. CONCLUSION

Hasil literature review pada penelitian yang telah kami lakukan pada 8 jurnal artikel tentang efektivitas terapi okupasi pada pasien harga diri rendah adalah bahwasannya terapi okupasi sangat beragam jenisnya, dan menurut jurnal yang kami kupas diantaranya adalah terapi berkebun, bermain, menjahit, menggabar, berhias, plant terapi (menanam), bersepeda dan senam aerobic yang diterapkan pada pasien dengan harga diri rendah. Dari berbagai macam jenis terapi ini tujuannya adalah sama yaitu memaksimalkan kemampuan positif seseorang untuk meningkatkan harga diri orang tersebut. Adapun hasilnya setiap terapi memiliki tingkat keberhasilan dan kekurangan masing-masing. Terapi okupasi harus memiliki kemauan dari pasien dan kesepakatan tanpa paksaan antara pasien dan perawat sebagai pelaksana agar tercipta pelaksanaan yang kondusif serta berjalan sesuai rencana yang sudah dibuat. Selain itu perlu keterlibatan keluarga terdekat sebagai pengawas dan pendamping kegiatan pasien selama di rumah.

ACKNOWLEDGEMENT

Dengan terselesaikannya jurnal ini, penulis mengucapkan terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada Allah S.W.T atas limpahan karunia dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan jurnal ini, dan tak lupa pula saya ucapkan banyak terimakasih kepada dosen pembimbing institusi yang tak kenal lelah membimbing saya,

serta orang tua dan teman-teman yang senantiasa mendukung dan menyamangati saya.

REFERENCE

- Ahmad, M DKK. (2019). Psikoedukasi Meningkatkan Peran Keluarga Dalam Merawat Klien Gangguan Jiwa, 11 (3) 191-198.
- Aji, I Dkk. (2016). Pengaruh Terapi Rekreasi Permainan Crocodile River Terhadap Harga Diri Rendah Situasional Siswa Di SMA Kesatria 1 Semarang Klinis Yang mengalami Bullying.
- Astriya , K., & Arnika ,D. (2019). Penerapan okupasi : berkebun untuk meningkatkan harga diri pada pasien harga diri rendah di wilayah puskesmas sruweg.
- Ayu, D. (2019). Upaya Aktivitas Merias Diri Untuk Meningkatkan Harga Diri Pada Pasien Harga Diri Rendah.
- Ita ,S.,& Susilaningsih, I. (2019). Penerapan Kegiatan Menjahit Pada Tn. J Dengan Masalah Harga Diri Rendah, 5 (1) 19-25.
- Muhammad, M., & Marisca, A. (2018). Terapi Kreasi Seni Menggambar Terhadap Kemampuan Melakukan Menggambar Bentuk Pada Pasien Harga Diri Rendah. 8 (1) 380-387.
- Ngapiyem R & Agnes L. (2018). Pengaruh Terapi Senam Aerobic *Low Impact* Terhadap Tingkat Depresi Pada Pasien Skizofrenia Di RSJD DR. RM. SOEDJARWADI PROVINSI JAWA TENGAH. 5 (2) 37-43.
- Puji, S, dkk. (2019). Plant Therapy Untuk Meningkatkan Harga Diri Pada Klien Harga Diri Rendah Di Panti Rehabilitasi Pengemis, Gelandangan Dan Orang Terlantar (PR-PGOT). 2 (1) 39-46.
- Puskesmas Bantur. 2019. Hasil Pemetaan Orang Dengan Gangguan Jiwa dan Dengan Masalah Kejiwaan di Desa Bantur. Tidak Dipublikasikan. 31 Oktober 2019.
- Riskesdas. (2018). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar. Diakses tanggal 18 Oktober 2019.
- Ryu Jehkwang dkk, (2019). Outdoor Cycling Improves Clinical Symptoms, Cognition And Objectively Measured Physical Activity In Patients With Schizophrenia : A Randomized Controlled Trial, 120 (2020) 144-153.
- Suerni titik dkk. (2013). Penerapan Terapi Kognitif dan Psikoedukasi Keluarga Pada Klien Harga Diri Rendah Di Ruang Yudistira Rumah Sakit Dr. H.Marzoeki Mahdi. Bogor : Tidak publikasi.
- Yosep I. (2014). Keperawatan Jiwa. Bandung : Refia Aditama.