PENGARUH TERAPI AFIRMASI POSITIF TERHADAP *QUALITY OF LIFE* (KUALITAS HIDUP) PASIEN HARGA DIRI RENDAH DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS LIMBOTO

THE EFFECT OF POSITIVE AFFIRMATION THERAPY ON THE QUALITY OF LIFE OF PATIENTS WITH LOW SELF-ESTEEM IN THE LIMBOTO HEALTH CENTER WORKING AREA

Laras Siswati Aliwu [1]
[1]Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Mumahammadiyah Gorontalo
Firmawati [2]**, Abdul Wahab Pakaya**[2]
[2]Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Mumahammadiyah Gorontalo
Larasaliwu@gmail.com

ABSTRACT

Patients with low self-esteem have a negative perception of themselves, stigmatization, and antipathy toward the environment. Nursing actions that can overcome this problem are positive affirmation therapy with personal reinforcement through positive words. This study aimed to determine the effect of positive affirmation therapy on the quality of life of patients with low self-esteem. The research design was a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest design. The total number of samples was 15 patients. The results showed that patient's quality of life before being given positive affirmation therapy was in the low category of 12 people. After being given positive affirmation therapy in the high category of 11 people, the results of paired t-test analysis showed p value = 0.001 <0 0.05. So it can be concluded that there is an influence between positive affirmations on the quality of life of patients with low self-esteem. Suggestions are expected that positive affirmation therapy can be used in health care institutions that serve patients with low self-esteem to help them restore their confidence.

Keywords: Positive Affirmations, Quality of Life, Low Self-Esteem Patients.

ABSTRAK

Penderita dengan harga diri rendah, terdapat anggapan yang minus kepada diri sendiri, stigmatisasi serta antipati dari lingkungan, tindakan keperawatan yang dapat mengatasi masalah ini yaitu terapi afirmasi positif dengan penguatan untuk pribadi melalui perkataan positif.Tujuan penelitian untuk mengetahuipengaruh terapi afirmasi positif terhadap *quality of life* (kualitas hidup)pasien harga diri rendah.Desain penelitian *pre eksperimen design* dengan *one-group pretest-posttest design.* Jumlah jumlah sampel sebanyak 15 pasien.Hasil penelitian menunjukan *quality of life*(kualitas hidup)pasien sebelum diberikan terapi afirmasi positif berada pada kategori rendah sebanyak 12 orang, setelah diberikan terapi afirmasi positif berada pada kategori tinggi sebanyak 11 orang,hasil analisis *paired t-est* menunjukan nilai p=0,001<0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa afirmasi positif memiliki pengaruh dan dapat diterapkan pada pasien harga diri rendah untuk meningkatkan *quality of life* (kualitas hidup). Saran diharapkan agar terapi afirmasi positif dapat digunakan di instansi pelayanan kesehatan yang melayani pasien harga diri rendah untuk membantu pasien mengembalikan kepercayaan pada dirinya sendiri.

Kata Kunci: Afirmasi Positif, Kualitas Hidup, Pasien Harga Diri Rendah.

LATAR BELAKANG

Kesehatan jiwa ialah kondisi keselamatan masing-masing orang yang sanggup memaksimalkan kemampuannya, bisa menanggulangi stress dalam hidupnya, bisa bertugas dengan cara produktif serta berguna dan bisa berkontribusi kepada komunitasnya (Hermiati & Harahap, 2018). Kendala jiwa merupakan pola sikap ataupun intelektual yang ditunjukkan oleh orang yang menimbulkan distres, disfungsi, serta merendahkan mutu kehidupan. Perihal ini memantulkan disfungsi psikobiologis serta bukan selaku dampak dari penyimpangan sosial ataupun bentrokan dengan masyarakat (Stuart, 2016).

Informasi yang ditemui oleh 2 periset di *Harvard University serta University College London*, berkata penyakit kebatinan pada tahun 2018 mencakup 32% dari seluruh tipe keburukan di semua bumi. Nilai itu bertambah dari tahun lebih dahulu (Sofyani, 2020). Kebiasaan skizofrenia diperkirakan dekat 1% dari semua masyarakat di bumi. Dekat 1 dari tiap 100 orang masyarakat Amerika serikat (2,5 juta) hadapi skizofrenia, tanpa memerhatikan suku bangsa, golongan etnik, ataupun kelamin. Skizofrenia mendiami tingkatan 4 dari 10 besar penyakit yang melimpahkan di semua bumi, 3 paling atas dihuni oleh tekanan mental unipolar, pemakaian alkohol, serta kendala bipolar (Suyasa, 2021).

Kemenkes RI (2020) memberi tahu jumlah pengidap kendala jiwa di Indonesia dikala ini merupakan 236 juta orang, dengan jenis kendala jiwa enteng 6% dari populasi serta 0,17% mengidap kendala jiwa berat, 14,3% antara lain hadapi belenggu. Terdaftar sebesar 6% masyarakat berumur 15-24 tahun hadapi kendala jiwa. Dari 34 provinsi di Indonesia, Sumatera Barat ialah tingkatan ke 9 dengan jumlah kendala jiwa sebesar 50. 608 jiwa serta permasalahan skizofrenia pada antrean ke-2 sebesar 1,9 permil. Skizofrenia ialah permasalahan kesehatan yang lumayan besar dirasakan di Indonesia, di mana dekat 99% penderita di Rumah Sakit Jiwa di Indonesia merupakan pengidap skizofrenia (Suyasa, 2021).

Sementara itu, Provinsi Gorontalo berada pada peringkat ke 18 dari 34 provinsi dengan angka prevalensi 6,6% per mil rumah tangga (1.648 jiwa). Jumlah tersebut merupakan akumulasi penderita gangguan jiwa yang ada di kabupaten/kota se-Provinsi Gorontalo. Sebelumnya pada 2019, Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo mencatat jumlah penderita gangguan berat yang dilayani sebanyak 1.493 jiwa. Kabupaten Gorontalo menempati urutan pertama dalam hal jumlah ODGJ di Gorontalo, yakni sebanyak 672 jiwa. Kemudian Bone Bolango sebanyak 272 jiwa. Disusul Kota Gorontalo sebanyak 266 jiwa; Kabupaten Gorontalo Utara sebanyak 160 jiwa; Pohuwato sebanyak 152 orang; serta Boalemo sebanyak 126 jiwa (Hasanuddin, 2020).

Data Dinas Kesehatan Kabupaten Gorontalo menunjukkan bahwa pada tahun 2020, tercatat jumlah ODGJ sebanyak 656 orang. Pada tahun 2021 jumlah ODGJ meningkat menjadi 775

orang dan pada tahun 2020 kembali meningkat menjadi 803 orang (Dinkes Kab. Gorontalo, 2022).

Harga diri rendah pada orang dengan kendala jiwa umumnya di akibatkan oleh kekalahan yang kesekian, sempat hadapi pengucilan serta menyiksa raga, antipati keluarga, kehabisan keahlian, kehabisan badan badan serta kehabisan orang tersayang (Wijayati *et al*, 2020).

Permasalahan harga diri rendah butuh diintervensi dengan tepat sebab bila tidak menemukan penindakan yang bagus, bukan cuma pengaruhi mutu hidup penderita namun pula bisa bertumbuh jadi permasalahan intelektual yang lebih serius. Oleh sebab itu, penindakan permasalahan harga diri rendah amat berarti buat dicoba. Dalam kurangi ciri pertanda harga diri kecil, salah satu metode yang bisa dipakai merupakan afirmasi positif (Agustin & Handayani, 2017).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk *pre eksperimen design* dengan *one-group pretest-posttest design* (rancangan pra-pasca tes dalam satu kelompok). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi afirmasi positif terhadap *quality of life (kualitas hidup)* pasien harga diri rendah di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto. Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Limboto, Kabupaten Gorontalo pada bulan Juli sampai bulan Agustus tahun 2022. Populasi dalam penelitian ini yaitu pasien gangguan jiwa harga diri rendah sebanyak 25 orang. Sampel dalam penelitian ini yaitu Menurut jumlah sampel untuk penelitian ekperimental adalah minimal 10 sampel, jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 15 orang, adapun tehnik *sampling* yang digunakan *accidental sampling.* Penelitian menggunakan istrumen kuisioner untuk variable *quality of life (kualitas hidup)* pasien harga diri rendah dan lembar SOP untuk terapi afirmasi positif.

HASIL

Karakteristik responden

Tabel 1. Karakteristik berdasarkan usia

Usia	Frekuensi	Presentase
20-30 Tahun	4	26.7 %
31-40 Tahun	4	26.7 %
41-50 Tahun	6	40.0 %
51-60 Tahun	1	6.7 %
Total	**15**	**100 %**

Sumber: Data primer 2022

Berdasarkan tabel diatas menunjukan bahwa usia responden yang berada di Puskesmas Limboto yang tertinggi yaitu usia 41-50 tahun sebanyak 6 orang (40,0%) dan terendah yaitu usia 51-60 tahun sebanyak 1 orang (6,7%).

Tabel 2. Karakteristik berdasarkan jenis kelamin

Jenis kelamin	Frekuensi	Presentase
Laki-laki	10	66.7 %
Perempuan	5	33.3 %
Total	**15**	**100 %**

Sumber: Data primer 2022

Berdasarkan tabel diatas menunjukan bahwa jenis kelamin responden yang berada di Puskesmas Limboto yang tertinggi yaitu jenis kelamin Laki-laki sebanyak 10 orang (66,7%) dan terendah yaitu Perempuan sebanyak 5 orang (33,3%).

Tabel 3. Karakteristik berdasarkan pendidikan

Pendidikan	Frekuensi	Presentase
Tdak Tamat SD	1	6.7 %
SD	7	46.7 %
SMP	4	26.7 %
SMA	2	13.3 %
S.Jana	1	6.7 %
Total	**15**	**100 %**

Sumber: Data primer 2022

Berdasarkan tabel diatas menunjukan bahwa pendidikan responden yang berada di Puskesmas Limboto yang tertinggi yaitu responden yang berpendidikan SD sebanyak 7 orang (46,7%) dan terendah yaitu responden yang tidak tamat pendidikan SD dan Sarjana masing-masing sebanyak 1 orang (6,7%).

Tabel 4. Frekuensi *quality of life* (kualitas hidup) pasien harga diri rendah sebelum diberikan terapi afirmasi positif

***Quality of life* sebelum terapi afirmasi positif**	**Frekuensi**	**Presentase**
Rendah	12	80.0 %
Tinggi	3	20.0 %
Total	**15**	**100 %**

Sumber: Data primer 2022

Berdasarkan tabel diatas menunjukan bahwa *quality of life* (kualitas hidup) pasien harga diri rendah yang berada di Puskesmas Limboto sebelum diberikan terapi afirmasi positif yang tertinggi yaitu *quality of life* (kualitas hidup) rendah sebanyak 12 orang (80,0%).

Tabel 5. Frekuensi *quality of life* (kualitas hidup) pasien harga diri rendah setelah diberikan terapi afirmasi positif

***Quality of life* setelah terapi afirmasi positif**	**Frekuensi**	**Presentase**
Rendah	4	26.7 %
Tinggi	11	73.3 %
Total	**15**	**100 %**

Sumber: Data primer 2022

Berdasarkan tabel diatas menunjukan bahwa *quality of life* (kualitas hidup) pasien harga diri rendah yang berada di Puskesmas Limboto setelah diberikan terapi afirmasi positif yang tertinggi yaitu *quality of life* (kualitas hidup) tinggi sebanyak 11 orang (73,3%).

Tabel 5. Pengaruh terapi afirmasi positif terhadap *quality of life (kualitas hidup)* pasien harga diri rendah di wilayah kerja Puskesmas Limboto

Variabel	**Sebelum**		**Setelah**		**P*value***
	Mean	**SD**	**Mean**	**SD**	
***Quality of life* (kualitas hidup)**	1.20	0,414	1.73	0,458	0,001

Sumber: Data primer 2022

Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan nilai rata-rata *quality of life (kualitas hidup)* responden sebelum diberikan terapi afirmasi positif yaitu 1,20 dengan standar deviasi 0,414, sedang nilai rata-rata *quality of life* (kualitas hidup) responden setelah diberikan terapi afirmasi positif yaitu 1,73 dengan standar deviasi 0,458, nilai signifikan atau P*value* diperoleh 0,001<0,05 yang artinya H0 ditolak dan Ha diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara afirmasi positif terhadap *quality of life* (kualitas hidup) pasien harga diri rendah.

PEMBAHASAN

1. *Quality of life* (kualitas hidup) pasien harga diri rendah sebelum diberikan terapi afirmasi positif

Quality of life (kualitas hidup) pasien harga diri rendah yang berada di Puskesmas Limboto sebelum diberikan terapi afirmasi positif yang tertinggi yaitu *quality of life* (kualitas hidup) rendah sebanyak 12 orang dan terendah yaitu *quality of life* (kualitas hidup) tinggi sebanyak 3 orang. Pasien gangguan jiwa akan mengalami perubahan proses pikir yang menyebabkan kemunduran dalam menjalani kehidupan sehari-hari, hal ini ditandai dengan hilangnya motivasi dan tanggung jawab. Gejala-gejala negatif

yang timbul dapat menyebabkan kemunduran pada kualitas hidupnya. Sehingga dapat dikatakan kualitas hidup pasien gangguan jiwa adalah evaluasi subyektif penderita akan kesejahteraan dan kepuasan hidupnya terkait dengan kondisi fisik, psikologis dan sosial dalam melaksanakan kegiatan sehari-hari setelah di diagnosis. Selain itu, karena stigma sosial dan sifat ekstrem dari pengalaman mereka seperti halusinasi dan lain sebagainya membuat mereka mungkin merasa sulit untuk mengungkapkan dan mendiskusikan bagian kehidupan mereka dengan orang lain yang belum memiliki pengalaman serupa.

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa terdapat 12 orang dengan *quality of life* (kualitas hidup) rendah, beberapa sebab seperti halusinasi, keadaan emosi yang tidak stabil, kurangnya personal *hygiene,* stigma negatif dari masyarakat dan juga kurang memperoleh perhatian dan dukungan dari keluarga sehingga hampir semua pasien dengan gangguan jiwa memiliki *quality of life* (kualitas hidup) rendah hal ini dibuktikan dengan hasil temuan dalam penelitian yaitu 12 dari 15 pasien mengalami *quality of life* (kualitas hidup) rendah dimana pasien merasa hidupnya tidak berarti, merasa takut, tidak dapat berkomunikasi dengan baik. Sedangkan terdapat 3 orang dengan *quality of life* (kualitas hidup) tinggi saat peneliti melakukan penelitian terlihat bahwa pasien mendapatkan dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar sehingga pasien merasa hidupnya sangat berarti, dapat berkomunikasi dengan orang sekitar, dapat menerima penampilan tubuhnya.

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Salvirania dan Fahrudin (2020) hasil penelitian menunjukan bahwa didapatkan bahwa terdapat hubungan antara *peer group support* dengan kualitas hidup penderita skizofrenia. *Peer group support* (dukungan sesama kelompok) mempunyai peranan penting terhadap kualitas hidup pada penderita skizofrenia, karena peer group support dapat memberikan kesempatan untuk mengurangi isolasi, meningkatkan proses pemulihan pada ODS serta peningkatan ingklusi sosial dan kualitas hidup. Hal ini mendorong untuk ODS mengekspresikan pikiran, perasaan dan masalah pribadi mereka dalam lingkungan.

Sejalan Penelitian lain yang dilakukan oleh Archentari (2017) hasil penelitian menunjukan bahwa terdapat hubungan positif antara harga diri dengan kualitas hidup pada pasien CKD yang menjalani hemodialisis ($r = 0{,}417$; $p = 0{,}014$).

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.

2. *Quality of life* (kualitas hidup) pasien harga diri rendah setelah diberikan terapi afirmasi positif

Quality of life (kualitas hidup) pasien harga diri rendah yang berada di Puskesmas Limboto setelah diberikan terapi afirmasi positif yang tertinggi yaitu *quality of life* (kualitas hidup) tinggi sebanyak 11 orang dan terendah yaitu *quality of life* (kualitas hidup) rendah sebanyak 4 orang. Pada penderita dengan harga diri rendah, terdapatnya anggapan yang minus kepada diri sendiri, terdapatnya stigmatisasi serta antipati dari kawasan dekat, berkurangnya kegiatan serta kesusahan dalam melaksanakan peranan sehari-hari dan haluan minus pada diri sendiri. Perihal itu bisa menyebabkan pergantian pada mutu hidup pada penderita. Mutu hidup yang tidak bagus kerap berhubungan dengan perasaan terhimpit, minimnya pengawasan atas pertanda yang mencuat serta kehidupan orang dengan cara biasa. Kebalikannya, mutu hidup yang bagus diisyarati dengan perasaan aman, pengawasan serta independensi kepada diri sendiri, anggapan diri yang positif, rasa mempunyai, kesertaan dalam aktivitas yang mengasyikkan serta berarti, serta pemikiran yang positif mengenai masa depan. Untuk meningkatkan kualitas hidup pasien dengan harga diri rendah salah satu terapi yang dapat digunakan yaitu afirmasi positif. Dengan berpikir positif, diharapkan dapat mengganti pemikiran negatif menjadi pemikiran yang positif sehingga pasien mampu mengambil keputusan dan mencapai tujuan yang realistis dalam hidunya serta mengontrol ketidakberdayaannya dengan mengendalikan situasi yang masih dapat dilakukan sendiri oleh pasien.

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa terdapat 11 orang dengan *quality of life* (kualitas hidup) tinggi 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* (kualitas hidup) rendah sebanyak 4 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 lingkunga 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, dkk (2018) *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.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hapsari (2019) hasil penelitian menunjukan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara intensitas halusinasi pre intervensi terapi afirmasi positif dan post intervensi terapi afirmasi positif dengan ditunjukkan pada analisis Paired- Samples t test dengan hasil signifikansi p-value= 0,000 (0,05), demikian pula pada kelompok kontrol. Keduanya antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol sama-sama mengalami penurunan intensitas halusinasi, akan tetapi penurunan yang yang signifikan terjadi pada kelompok intervensi yang diberikan terapi afirmasi positif.

Penelitian serupa yang dilakukan oleh Muniroh (2018) penelitian dilakukan dengan intervensi. Intervensi yang diberikan meliputi, pengkajian, mengenalkan ketidakberdayaan, melatih berpikir positif, mendiskusikan masalah yang dirasakan keluarga, mengedukasi keluarga terkait penyakit pasien, serta mengedukasi terkait cara

merawat pasien. Tanda dan gejala ketidakberdayaan sempat berkurang pada hari kedua perawatan.Namun, kondisi penyakit Bapak S yang memburuk menyebabkan masalah tersebut muncul kembali. Pada hari terakhir perawatan, pasien sudah mampu melakukan berpikir positif dengan baik, namun tanda dan gejala ketidakberdayaan pada pasien masih tampak. Di sisi lain, keluarga pasien sudah lebih mampu dalam merawat pasien.

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 sehinga 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 tampa memperhatikan stigma negatif dari lingkungan.

3. Pengaruh terapi afirmasi positif terhadap *quality of life (kualitas hidup)* pasien harga diri rendah di wilayah kerja Puskesmas Limboto

Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan nilai rata-rata *quality of life* (kualitas hidup) responden sebelum diberikan terapi afirmasi positif yaitu 1,20 dengan standar deviasi 0,414, sedang nilai rata-rata *quality of life (kualitas hidup)* responden setelah diberikan terapi afirmasi positif yaitu 1,73 dengan standar deviasi 0,458, nilai signifikan atau P*value* diperoleh 0,001<0,05 yang artinya H0 ditolak dan Ha diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara afirmasi positif terhadap *quality of life* (kualitas hidup) pasien harga diri rendah. Terapi afirmasi positif diberikan sesuai dengan kemampuan pasien dengan penetapan waktu/jam tidak ditentukan hal ini karena terdapat beberapa pasien yang merasa memerlukan waktu saat diberikan terapi.

Hasil penelitian menunjukan bahwa *quality of life* (kualitas hidup) pasien sebelum diberikan terapi afirmasi positif terdapat 12 orang dengan *quality of life* (kualitas hidup) rendah, beberapa sebab seperti halusinasi, keadaan emosi yang tidak stabil, kurangnya personal *hygiene,* stigma negatif dari masyarakat dan juga kurang memperoleh perhatian dan dukungan dari keluarga sehingga hampir semua pasien dengan gangguan jiwa memiliki *quality of life* (kualitas hidup) rendah hal ini dibuktikan dengan hasil temuan dalam penelitian yaitu sebanyak 12 pasien mengalami *quality of life* (kualitas

hidup) rendah dimana pasien merasa hidupnya tidak berarti, merasa takut, tidak dapat berkomunikasi dengan baik. Sedangkan terdapat 3 orang dengan *quality of life* (kualitas hidup) tinggi saat peneliti melakukan penelitian terlihat bahwa pasien mendapatkan dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar sehingga pasien merasa hidupnya sangat berarti, dapat berkomunikasi dengan orang sekitar, dapat menerima penampilan tubuhnya.

Setelah diberikan terapi afirmasi positif terdapat 11 orang dengan *quality of life* (kualitas hidup), terapi afirmasi positif 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* (kualitas hidup) rendah sebanyak 4 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 lingkunga 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 sependapat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Daulay (2021) hasil penelitian menunjukan 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 menunjukan 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 stres.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ardika (2021) hasil penelitian menunjukan bahwa kedua kelompok memiliki nilai sig (2-tailed) lebih kecil dari alpha (p) yaitu didapatkan hasil kelompok intervensi memiliki nilai p = 0.004 < 0,05 dan kelompok kontrol memiliki nilai p = 0,010 < 0,05, artinya ada perubahan yang signifikan pada kualitas hidup pasien harga diri rendah sebelum (Pre Test) dan sesudah (Post Test) diberikan terapi baik pada kelompok intervensi yang diberikan terapi afirmasi positif maupun kelompok kontrol yang diberikan terapi SP (Standar Pelaksanaan) harga diri rendah.

Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Eni (2020) hasil penelitian menunjukan bahwa 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.Setelah dilakukan tindakan identifikasi aspek dan kemampuan positif pada klien terjadi peningkatan harga diri yang dapat dilihat dari skor RSES sebelum tindakan yaitu berjumlah 12, lalu setelah dilakukan tindakan skor RSES meningkat yaitu berjumlah 19.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori diatas peneliti berasumsi bahwa kualitas hidup rendah pada pasien dengan harga diri rendah dapat disebabkan oleh gangguan psikologis yang dialami seperti perubahan emosi yang tiba-tiba atau halusinasi dan bersifat ektrem terhadap lingkungan sehingga kondisi sosial penderita menjadi tidak baik dan menerima stigma yang negatif dari masyarakat sekitar kemudian penderita menjadi tidak percaya diri dan tidak memiliki keyakinan pada akhirnya menarik diri dari sosial merasa tidak memiliki masa depan atau tidak berdaya, selain itu penderita dengan harga diri rendah sering bergantung pada keluarga. Untuk mengatasi kualitas hidup rendah pada pasien dengan harga diri rendah diperlukan sebuah tindakan yang efektif seperti terapi afirmasi positif karena terapi afirmasi positif merupakan terapi yang pikiran yang menanamkan nilai positif pada pikiran pasien sehingga pasien menjadi merasa yakin terhadap keinginannya dan akan berusaha untuk mewujudkan selain itu terapi afirmasi positif dapat membangkitkan kepercayaan diri pasien.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Quality of life (kualitas hidup) pasien harga diri rendah yang berada di Puskesmas Limboto sebelum diberikan terapi afirmasi positif yang tertinggi yaitu *quality of life* (kualitas hidup) rendah sebanyak 12 orang. *Quality of life* (kualitas hidup) pasien harga diri rendah setelah diberikan terapi afirmasi positif yang tertinggi yaitu *quality of life* (kualitas hidup) tinggi sebanyak 11 orang. Terdapat pengaruh antara afirmasi positif terhadap *quality of life ((*kualitas hidup) pasien harga diri rendah dengan nilai p=0,001<0,05.

Saran

Hasil penelitian ini dapat membagikan hasil yang positif dalam aplikasi ajaran keperawatan dalam usaha menaikkan *quality of life* (kualitas hidup) pada penderita harga diri rendah lewat pengobatan non-farmakalogi melalui terapi afirmasi positif. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber referensi dan cara aktivitas berlatih membimbing dan rujukan serta materi pembeda untuk periset berikutnya perihal akibat pengobatan afirmasi positif pada *quality of life* (kualitas hidup) penderita harga diri rendah, peneliti selanjutnya dapat menambahkan variabel lain seperti dukungan keluarga atau dukungan sosial dalam meningkatkan kualitas hidup pasien dengan harga diri rendah.

DAFTAR PUSTAKA

Hermiati, D. & Harahap, R.M. (2018). Faktor yang Berhubungan dengan Kasus Skizofrenia. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 1(2): 78–92.

Stuart, G.W. (2016). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing-e book*. New York: Elsevier Health Sciences.

Sofyani, E. (2020). *Literature Review: Hubungan Stigma Diri dengan Harga Diri pada Orang dengan Skizofrenia*. Universitas Andalas.

Suyasa, I.W.O. (2021). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Skizofrenia Dengan Risiko Perilaku Kekerasan di IGD Rumah Sakit Jiwa Provinsi Bali*. Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Kemenkes RI. (2020). *Rencana Aksi Kegiatan 2020-2024 Direktorat P2 Masalah Kesehatan Jiwa dan NAPZA*. Jakarta: Kementarian Kesehatan Republik Indonesia.

Hasanuddin. (2020). *Penderita Gangguan Jiwa di Gorontalo Capai 1.648 Jiwa*.

Dinkes Kab. Gorontalo. (2022). *Laporan Pasien dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) Tahun 2020-2022*. Limboto.

Wijayati, F., Nasir, T., Hadi, I. & Akhmad, A. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Harga Diri Rendah Pasien Gangguan Jiwa. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 12(2): 224–235.

Agustin, I.M. & Handayani, S. (2017). Case Report: Afirmasi Positif Pada Harga Diri

Rendah Situasional Pasien Fraktur Femur. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 13(2): 94–98.

Salvirania dan Fahrudin. (2020). Hubungan Peer Group Support Dengan Kualitas Hidup Penderita Skizofrenia. *Journal of Social Work and Social Service Volume 1 Nomor 2*.

Archentari. (2017). Harga Diri Dan Kualitas Hidup Pada Pasien Dengan Chronic Kidney Disease Yang Menjalani Hemodialisis. *Jurnal Psikologi Vol. 16 No. 2.*

Hapsari, N.S. (2019). *Pengaruh Afirmasi Positif terhadap Tingkat Halusinasi pada Pasien Skizofrenia di RSJ Prof. dr. Soeroyo Magelang*. Universitas Muhammadiyah Malang.

Muniroh. (2018). Afirmasi Positif Sebagai Intervensi Ketidakberdayaan Pada Masalah Kesehatan Perkotaan *systemic Lupus Erythematosus*. *Jurnal Ilmu KeperawatanJiwa Volume1 No 2*.

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*.

Yulianti. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pasien Skizofrenia : *Review Literatur*. *Jurnal Ilmu Kesehatan Vol. 9 No. 2*.

Ardika, N.A., Mubin, M.F., Rejeki, S., Pohan, V.Y. & Samiasih, A. (2021). Pengaruh Terapi Afirmasi Positif Terhadap Quality of life (Kualitas Hidup)Pasien Harga Diri Rendah Pada Skizofrenia Di RSJD Dr. Arif Zainudin Surakarta. *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS*. Semarang: Universitas Muhammadiyah Semarang, hal.1590–1599.

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*.