BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Di era globalisasi saat ini, tuntutan dan masalah kehidupan yang dihadapi oleh setiap individu semakin bertambah, sehingga jumlah *stressor* yang dialami juga meningkat. Individu yang memiliki mekanisme koping yang kurang efektif akan mengalami kesulitan beradaptasi dengan situasi tersebut, yang pada akhirnya dapat memicu peningkatan masalah gangguan jiwa. Masalah ini dapat mempengaruhi semua kelompok masyarakat, baik dari kalangan sosial ekonomi atas, menengah, maupun bawah (Fazriyani & Mubin, 2021).

Menurut *World Health Organization* (WHO) menyatakan 1 dari 8 orang di dunia mengalami gangguan jiwa atau 970 juta orang di seluruh dunia mengalami gangguan jiwa, dengan 24 juta orang mengalami skizofrenia (WHO, 2022). Menurut Kemenkes,(2021) Indonesia memiliki prevalensi orang dengan gangguan jiwa sekitar 1 dari 5 penduduk, artinya sekitar 20% dari 250 juta jiwa secara keseluruhan potensial mengalami masalah kesehatan jiwa. Terdapat 68 juta jiwa di Asia Tengara yang mengalami gangguan kesehatan jiwa (Basuni Carlo Caryanto & Mulyaningrat 2024).

Prevalensi gangguan jiwa di Indonesia hampir 2,6 kali lebih tinggi dari pada standar yang ditetapkan oleh WHO. Masalah ini sangat serius, dan menurut World Bank, gangguan jiwa dapat menyebabkan penurunan produktivitas hingga 8,5%**.** Saat ini, gangguan jiwa menjadi masalah kesehatan terbesar kedua setelah penyakit infeksi, dengan angka mencapai 11,5%**.** Data Riskesdas 2012 menunjukkan bahwa 14,1% penduduk Indonesia mengalami gangguan jiwa, baik yang ringan maupun berat, hampir di seluruh wilayah Indonesia (Wijayati *et al.,* 2020).

Berdasarkan data Dinas kesehatan provinsi Bengkulu tahun 2022 kasus gangguan jiwa yang terhitung pada tahun 2022 didapatkan sebanyak 5.023 sasaran ganguan jiwa berat dan mendapatkan pelayanan sebanyak 2.945 orang (59%) kasus ganguan jiwa (Dinas Kesehatan provinsi Bengkulu,tahun 2022).

Gangguan jiwa menjadi masalah kesehatan serius karena jumlahnya yang terus mengalami peningkatan, dan termasuk penyakit kronis dengan proses penyembuhan yang lama. Salah satu permasalahan dalam perawatan pasien gangguan jiwa adalah stigma masyarakat yang dapat menghambat kesembuhan. Stigma negative oleh lingkungan Terhadap pasien ganguan jiwa tidak hanya menyebabkan terkucilkannya pasien dari lingkungan, namun beban psikologis bagi keluarga yang akan menjadi penghambat dalam kesembuhan pasien (Zahro *et al.,* 2022).

Skizofrenia merupakan gangguan jiwa berat yang banyak terdapat dimasyarakat. Skizofrenia merupakan salah satu penyakit otak yang serius yang tampak dimana seseorang akan mengalami gangguan persepsi dalam panca inderanya, perasaan negatif terhadap dirinya dan orang lain. Pasien skizofrenia memiliki konsep diri yang masih rendah, kualitas hidup dan tingkat stigma yang tinggi dibandingkan dengan penyakit kronis yang lainnya. Penelitian menunjukan jika skizofrenia kronis berkaitan dengan kualitas hidup yang buruk dan konsep diri yang negatif apabila ada stigma yang tinggi (Ardika *et al.*, 2021).

Konsep diri pada pasien harga diri rendah yaitu gambaran diri dimana klien memiliki reaksi terhadap bagian tubuh yang disukai dengan yang tidak disukai, identitas diri klien merasa tidak berdaya serta rendah diri tidak mempunyai status yang dibanggakan, fungsi peran dimana memiliki penurunan produktifitas dan merasa tidak mampu melaksanakan tugas, ideal diri terhadap harapan, status, peran, dan posisi pasien, dan harga diri terhadap adanya kritikan, ejekan, dan tolakan terhadap kemampuan diri (Sinthania *et al.,* 2023).

Harga diri rendah merupakan perasaan tidak bernilai, tidak berarti, dan rasa rendah diri yang berlangsung lama, yang disebabkan oleh penilaian negatif terhadap diri sendiri atau kemampuan pribadi. Hal ini menciptakan perasaan kehilangan kepercayaan diri dan merasa gagal karena tidak dapat mencapai harapan atau cita-cita yang sesuai dengan ideal diri (Slametiningsih *et al.,* 2019).

Harga diri rendah dapat diakibatkan oleh kehilangan bagian tubuh, perubahan penampilan atau bentuk tubuh, kegagalan dalam memperoleh pekerjaan, harga diri rendah dapat berdampak negatif pada kualitas hidup pasien dalam berbagai aspek,baik fisik, emosional,maupun sosial, sehingga dapat mempengaruhi *Quality of life* pada seseorang menjadi rendah. Individu yang memiliki harga diri rendah melihat lingkungan dengan cara negatif dan menganggap sebagai ancaman (Rofiq et al., 2024).

Hubungan antara kualitas hidup (*Quality of Life*) dan harga diri rendah berkaitan dengan bagaimana individu menilai kondisi kesehatannya. Menurut Moghaddam, *Quality of life* didefinisikan sebagai tingkat kepuasan seseorang terhadap situasi kehidupannya saat ini. Kualitas hidup dapat dijelaskan secara umum sebagai perasaan subjektif seseorang mengenai kesejahteraan diri, berdasarkan pengalaman hidupnya. Kualitas hidup meliputi tingkat kepuasan hidup individu dalam berbagai aspek, seperti fisik, psikologis, sosial, aktivitas, materi, dan kebutuhan struktural (Wahyu Surantini *et al.,* 2023).

Berdasarkan hasil penelitian dan teori diatas peneliti berasumsi bahwa kualitas hidup pasien orang dalam ganguan jiwa (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. Pasien orang dalam ganguan jiwa (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 (Siswati Aliwu & Wahab Pakaya, 2023).

Salah satu terapi generalis yang dapat dilakukan untuk pasien dengan harga diri rendah adalah terapi afirmasi positif (Ardika *et al.,* 2021). Afirmasi adalah teknik di mana individu mengulang-ulang kalimat positif pada diri sendiri, baik secara lisan maupun dalam hati. Afirmasi ini dapat tertanam dalam alam bawah sadar individu, yang selanjutnya dapat mengubah reaksi, perilaku, kebiasaan, dan respons individu terhadap kata-kata yang diulang tersebut.

Terapi afirmasi positif bertujuan untuk membentuk pemahaman individu mengenai dirinya dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial sehingga dapat membantu individu untuk mencintai dirinya, meningkatkan rasa percaya diri, serta membantu individu untuk memandang dirinya dengan cara yang lebih positif (Briliani et al., 2023).

Selain terapi afirmasi positif, terapi lain yang dapat dilakukan untuk pasien dengan harga diri rendah adalah *Self Talk. Self talk* merupakan teknik berbicara dengan diri sendiri tentang hal-hal positif, yang berfungsi sebagai penguatan dalam melakukan kegiatan, baik dengan suara keras maupun normal, dan diulang-ulang secara sadar (Zamrodah, 2016). *Self talk* memiliki dampak positif, seperti membantu seseorang untuk lebih memahami dirinya, menilai diri sendiri, berpikir positif, menunjukkan perilaku positif, serta mampu membuat keputusan dengan baik (Safitri & Sari, 2024).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Maulana *et al.,* (2016) yang menjelaskan bahwa aspek positif seperti melakukan *self talk* dan terapi afirmasi positif tarhadap *qualitiy of life* secara signifikan dapat memberikan dampak yang positif serta dapat membantu klien untuk meningkatkan perilaku adaptif dan mengurangi perilaku maladaptive terutama pada klien harga diri rendah.

Berdasarkan hasil survey awal di Rumah Sakit Jiwa Soeprapto Bengkulu tahun 2018- 2023 jumlah pasien dirawat sebanyak 13.292 orang dengan distribusi yang mengalami harga diri rendah cukup tinggi sebanyak 1.318 (9,92%), angka ini lebih banyak dari penderita waham sebanyak 451 (3,39%), gangguan fisik 336 (2,53%) dan yang mengalami percobaan bunuh diri sebanyak 5 orang (0,04%) (Rumah sakit jiwa Soeprapto, 2023).

Berdasarkan hasil survey yang sudah dilakukan di ruang murai, camar, dan anggrek di Rumah sakit jiwa soeprapto Kota Bengkulu didapatkan 8 dari 45 orang yang mengalami harga diri rendah. Didapatkan hasil mereka belum mengetahui bahwa terapi self talk dan terapi afirmasi dapat meningkatkan kualitas hidup (*Qualitiy of life*). Wawancara juga di lakukan kepada perawat penanggung jawab bahwa belum ada yang melakukan terapi *self talk* dan terapi afirmasi positif. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang " pengaruh kemampuan aspek positif yang dimiliki pasien dalam meningkatkan kualitas hidup (*Qualitiy of life*) pada pasien harga diri rendah" *(Uaneto et al.*, 2023).

B. Rumusan masalah

Berdasarkan hasil data awal di Rumah Sakit Jiwa Soeprapto Bengkulu tahun 2018- 2023 jumlah pasien dirawat sebanyak 13.292 orang dengan distribusi yang mengalami harga diri rendah cukup tinggi sebanyak 1.318 (9,92%). Berdasarkan hasil survey yang dilakukan terdapat 45 orang pasien yang mengalami harga diri rendah di dapatkan hasil mereka belum mengetahui bahwa terapi self talk dan terapi afirmasi dapat meningkatkan kualitas hidup (*Qualitiy of life*).

Wawancara dengan perawat penanggung jawab di ruang murai, camar, dan anggrek di Rumah Sakit Jiwa Soeprapto Kota Bengkulu mengungkapkan bahwa belum ada uji coba yang melibatkan terapi *self talk* dan terapi afirmasi positif. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini. "Apakah ada Pengaruh *Self Talk* dan Terapi

Afirmasi Positif terhadap *Quality of Life* Pasien Harga Diri Rendah di RSKJ Soeprapto Kota Bengkulu Tahun 2025".

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan umum

   Diketahui pengaruh *self talk* dan terapi afirmasi positif terhadap *qualitiy of life* pasien harga diri rendah di Rumah sakit Soeprapto Kota Bengkulu.

2. Tujuan khusus penelitian ini yaitu, agar penulis mampu:
   a. Diketahui gambaran karakteristik pasien dengan masalah *quality of life* pasien harga diri rendah meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan, perkerjaan, di Rumah sakit jiwa soeprapto Kota Bengkulu.
   b. Untuk mengatahui gambaran *qualitiy of life* pasien harga diri rendah sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pada kelompok intervensi di Rumah sakit jiwa soeprapto Kota Bengkulu.
   c. Diketahui perbedaan *self talk* dan terapi afirmasi positif terhadap *qualitiy of life* pasien harga diri rendah di rumah sakit jiwa Soeprapto Kota Bengkulu.

D. Manfaat

1. Bagi penulis
   a. Dapat memahami dan menerapkan *self talk* dan terapi afirmasi positif untuk meningkatkan *Qualitiy of life* pasien harga diri rendah.
   b. Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam *self talk* dan terapi afirmasi positif terhadap *Qualitiy of life* pasien harga diri rendah.
2. Bagi Institusi Pendidikan

a. Sebagai sumber bacaan dan refrensi untuk meningkatkan kualitas pendidikan keperawatan, khususnya pada klien dengan harga diri rendah dan menambah pengetahuan tentang *self talk* dan terapi afirmasi terhadap *Qualitiy of life* pasien harga diri rendah bagi para pembaca.

b. Bagi Mahasiswa

Dapat memberikan informasi tentang *self talk* dan terapi afirmasi positif terhadap *Qualitiy of life* pasien harga diri rendah.

3. Bagi Rumah Sakit

Sebagai masukan informasi untuk setiap perawat di rumah sakit yang bertujuan supaya meningkatkan kualitas layanan keperawatan jiwa, khususnya bagi pasien dengan harga diri rendah. dengan *self talk* terapi afirmasi positif dapat membantu meningkatkan *Qualitiy of life* pasien harga diri rendah.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini untuk menambah wawasan, pengetahuan dan bisa menjadi riset awal peneliti selanjutnya dan dikembangkan lagi menjadi ide - ide terbaru, khususnya di bidang kesehatan metode penelitian mengenai *self talk* dan terapi afirmasi positif pada kualitas hidup pasien harga diri rendah.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu