BAB VI

PEMBAHASAN

Pada Bab ini, peneliti akan membahas hasil penelitian yang sudah dilakukan. Hasil penelitian yang meliputi karakteristik pasien yang berupa Pendidikan, jenis kelamin, usia, dan perkerjaan pasien serta membahas hasil pengaruh self talk dan terapi afirmasi positif untuk meningkatkan qualitiy of life pasien harga diri rendah di RSKJ Soeprapto Bengkulu dan keterbatasan pada penelitian yang dilakukan.

A. Pembahasan

1. Gambaran dan Karakteristik responden

Pada hasil penelitian ini,di temukan rata-rata usia responden 35.53. Usia merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi tingkat Qualitiy of life. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Afrilia, 2023) menunjukkan bahwa pada usia dewasa Rentan terhadap perbandingan sosial dan tekanan identitas, terutama Dewasa Qualitiy of life pasien Harga diri dapat meningkat seiring pencapaian karier dan stabilitas hidup, namun tetap rentan jika menghadapi kegagalan atau stres berkepanjangan. Menghadapi penurunan Qualitiy of life pasien harga diri akibat perubahan fisik, kehilangan peran sosial,dan kurangnya dukungan keluarga. Rata-rata lama rawat inap responden adalah 17.64 hari dengan durasi terpendek 2 hari dan terpanjang 32 hari serta standar deviasi 8.933. hal ini sejalan dengan studi oleh barruel *et al,* (2024) mengidentifikasi bahwa faktor-faktor seperti diagnosis, tingkat keparahan gejala, dan dukungan sosial mempengaruhi lama rawat inap pasien psikiatri.

Hasil penelitian ini menunjukan bahwasannya persentase pendidikan responden memiliki pendidikan akhir sebesar 41.1%. Pendidikan memainkan peran penting dalam membentuk harga diri seseorang. Tingkat pendidikan yang lebih rendah seringkali dikaitkan dengan harga diri rendah. Hal ini Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh

(Wahyuningrum &Palila, 2023). dimana diperoleh skor 39,06% .. mengidentifikasi bahwa tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi Qualitiy of life.

Hasil penelitian ini menunjukan perkerjaan responden sebelum menjadi pasien harga diri rendah yang memiliki perkerjaan swasta dengan nilai 38.2%. Sejalan dengan penelitian (Saprudin, 2022) bahwa pekerjaan berperan penting dalam membentuk dan memengaruhi Qualitiy of life seseorang. Oleh karena itu, penting bagi individu dan organisasi untuk menciptakan lingkungan kerja yang mendukung, memberikan pengakuan yang layak, dan memastikan kesesuaian antara pekerjaan dan keterampilan individu meningkatkan harga diri dan kualitas hidup, Penelitian ini mengidentifikasi bahwa pasien dengan harga diri rendah memiliki kualitas hidup yang lebih buruk. menunjukkan bahwa pekerja yang mengalami pemutusan hubungan kerja (PHK) cenderung mengalami penurunan harga diri, yang berdampak negatif pada kualitas hidup mereka (Archentari et al., 2023).

Hasil penelitian ini menunjukan Jenis kelamin memperlihatkan bahwa peserta penelitian adalah laki-laki sehingga penelitian ini sejalan dengan penelitian (Archentari, 2022). Menyatakan bahwa Penurunan harga diri pada laki-laki dapat berdampak serius pada kualitas hidup mereka, termasuk meningkatnya risiko depresi, kecemasan, dan bahkan perilaku bunuh diri. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan kesadaran tentang isu ini dan menyediakan dukungan yang memadai untuk membantu laki-laki membangun dan mempertahankan *qualitiy of life* yang sehat.

2. **Gambaran Rata- rata skor Qualitiy of life Sebelum Dan Sesudah intervensi Pasien harga diri Rendah di Rumah sakit Khusus jiwa Soeprapto Kota Bengkulu Tahun 2025**

Qualitiy of life dalam penelitian ini berasal dari komponen lembar ceklis observasi 26 item pertanyaan dengan nilai 5 skala. Hasil analisis nilai

qualitiy of life pada kelompok intervensi sebelum dilakukan dengan skor rata rata 60.21 dan sesudah dilakukan intervensi 65.38 menunjukan bahwa qualitiy of life cukup baik.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Septyanti, 2023) yang menyebutkan bahwa quality of life sebelum intervensi yaitu 58.23. Tujuan utamanya adalah untuk mengukur kualitas hidup (quality of life) pasien haraga diri rendah, Nilai ini merupakan skor rata-rata yang dihitung dari jawaban atau observasi terhadap sejumlah pasien sebelum mereka diberi intervensi. Peneliti menggunakan Lembar observasi Kuesioner pengetahuan tentang quality of life (kualitas hidup) Instrumen ini digunakan untuk mengumpulkan data awal, yaitu sebelum pasien menerima intervensi tertentu Skor 60,21 menggambarkan tingkat kualitas hidup pasien dengan harga diri rendah. Tanpa adanya intervensi, angka ini menunjukkan seberapa rendah atau tinggi kualitas hidup yang mereka alami secara umum.

3. **Perbedaan self talk dan terapi afirmasi positif terhadp qualitiy of life pasien harga diri rendah di Rskj Soeprapto Kota Bengkulu tahun 2025.**

Hasil penelitian ini menunjukan terapi self talk dan terapi afirmasi positif dalam meningkat kan qualitiy of life pasien harga diri rendah. Qualitiy of life yang dibuktikan dengan hasil uji stastistic dengan menunjukan hasil *p*-value sebesar 0,0001 lebih kecil dari <0,05 sehingga di dapatkan Ha diterima dengan demikian penelitian ini menunjukan ada pengaruh terapi self talk dan terapi afirmasi positif untuk meningkatkan qualitiy of life pasien harga diri rendah di RSKJ Soeprapto Kota bengkulu. Hal ini sejalan dengan penelitian Marhani (2020) adanya pengaruh terapi *self talk* dan terapi afirmasi positif dalam meningkatkan *qualitiy of life* pasien harga diri rendah(Fuaida, 2022).

Yang berarti setelah menerapkan intervensi self talk dan terapi afirmasi positif dapat meningkatkan qualitiy of life hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan. Menjelaskan skor dan tanda gejala harga diri rendah terhadap qualitiy of life sebelum dilakukan sesudah

dilakukan terapi self talk dan terapi afirmasi positif Penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam skor kualitas hidup (quality of life) setelah dilakukan intervensi berupa terapi self-talk dan afirmasi positif. Rata-rata skor pre-test sebelum intervensi adalah 60,21 dengan nilai minimum 55, maksimum 64, standar deviasi 2,397 dan C195% 59.37 - 61.40. Rata-rata skor post-test setelah intervensi meningkat menjadi 65.38 dengan nilai minimum 60, maksimum 69, standar deviasi 27.53 dan C195% 64.42 - 66.34. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Septyanti *et al*., (2024) Terapi Afirmasi positif suatu bentuk terapi yang dilakukan dengan mengucapkan kata kata positif sederhana kepada diri sendiri yang diucapkan secara berulang ulang, kata positif afirmasi ini dapat berupa doa atau harapan yang ditanamkan dalam pikiran, sehingga tubuh dapat merespon sesuai dengan yang dipikirkan Sehingga kalimat yang dapat mempengaruhi Qualitiy of life. *self talk* dapat mempengaruh besar bagi kualitas hidup seseorang karena cara berintraksi dengan pikiran, prasaan ,kita dpat merespons sehingga dengan cara membangkitkan semngat dan optimisme dapat membawa dampak positif dalam Qualitiy if life.

4. Keterbatasan penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian tentang pengaruh self talk dan terapi afirmasi terhadap Harga Diri Rendah di RSKJ Soeprapto Kota Bengkulu, terdapat beberapa keterbatasan, di antaranya:

a. Sampel dalam penelitian ini tergolong kecil dan hanya berasal dari satu institusi, sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan untuk seluruh pasien dengan masalah Qualitiy of life pasien harga diri rendah.
b. Pengumpulan data hanya dilakukan melalui kuesioner pre-test dan post-test tanpa dilengkapi dengan metode wawancara mendalam, sehingga informasi yang diperoleh terbatas pada aspek kuantitatif saja.
c. Penelitian ini hanya menggunakan satu kelompok intervensi tanpa kelompok kontrol, sehingga hasil yang diperoleh tidak dapat

dibandingkan secara langsung dengan individu yang tidak menerima intervensi serupa.

d. Beberapa responden menunjukkan harapan akan adanya timbal balik setelah mengikuti penelitian, yang dapat memengaruhi objektivitas dalam menjawab kuesioner

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh terapi self-talk dan afirmasi positif terhadap kualitas hidup pasien dengan harga diri rendah di RSKJ Soeprapto Kota Bengkulu, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Usia responden berusia 39 tahun dengan rata-rata usia 35,53, Jenis Kelamin Seluruh responden berjenis kelamin laki-laki, Pendidikan Pendidikan terakhir responden SMP dengan skor (41,1%),
   Pekerjaan responden bekerja di sektor swasta (38,2%) sebelum mengalami harga diri rendah.
2. Skor *Quality of Life* Sebelum dan Sesudah Intervensi Rata-rata skor sebelum intervensi adalah 60.21 Rata-rata skor setelah intervensi meningkat menjadi 65.38 menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam kualitas hidup pasien setelah diberikan terapi *self-talk* dan afirmasi positif.
3. Hasil Uji Statistik p-value sebesar 0.0001 lebih kecil dari (< 0,05) sehingga menunjukkan bahwa terapi *self-talk* dan afirmasi positif berpengaruh terhadap peningkatan *qualitiy of life* pasien dengan harga diri rendah.

B. Saran

1. Bagi Peneliti dan Peneliti Selanjutnya
   Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan desain penelitian yang lebih kompleks, seperti penelitian kuasi-eksperimen

dengan kelompok kontrol, untuk melihat perbandingan hasil yang lebih kuat antara kelompok intervensi dan non-intervensi. Disarankan untuk menambah jumlah responden agar hasil penelitian lebih representatif dan generalisasi dapat ditingkatkan.

Peneliti juga dapat menggali lebih dalam faktor-faktor lain yang memengaruhi harga diri, seperti dukungan keluarga, trauma masa lalu, atau kondisi ekonomi.

2. Bagi Tempat Penelitian (RSKJ Soeprapto Bengkulu)

   Rumah sakit diharapkan dapat mengintegrasikan terapi self-talk dan afirmasi positif ke dalam program rehabilitasi psikososial rutin pasien dengan harga diri rendah. Diperlukan adanya kolaborasi antarprofesi seperti perawat, psikolog, dan psikiater dalam merancang dan melaksanakan intervensi berbasis terapi kognitif yang lebih sistematis. Rumah sakit juga dapat melakukan monitoring jangka panjang terhadap pasien setelah intervensi untuk menilai efek terapi secara berkelanjutan.

3. Bagi Pasien dan Keluarga

   Pasien disarankan untuk melanjutkan praktik self-talk dan afirmasi positif secara mandiri sebagai bagian dari self-care dan penguatan harga diri di rumah. Keluarga diharapkan berperan aktif dalam mendukung proses penyembuhan dengan memberikan dukungan emosional, dorongan positif, serta lingkungan yang terbuka dan tidak menghakimi. Penting untuk memberikan edukasi kepada keluarga mengenai pentingnya komunikasi positif, karena interaksi dalam keluarga turut berpengaruh terhadap harga diri pasien.

4. Bagi Perkembangan Ilmu Keperawatan

   Hasil penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan asuhan keperawatan dapat menerapkan terapi non farmakologis yaitu self talk dan afirmasi positif.