

Pelaksanaan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) pada klien harga diri rendah kronis

Nofrida Saswati*, Isti Harkomah, Era Rahayu, Indah Sari, Riska Asmidar, Rahmayanti, Pina Lestari, Yuli Kisilowati, Adho Alif Akbar

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Harapan Ibu Jambi

*e-mail: nofridasaswati@gmail.com

Accepted: 16 April 2022

Revision: 22 April 2022

Published: 27 April 2022

Abstrak

Klien dengan harga diri rendah kronik merupakan gejala negatif dari skizofrenia dimana klien mengalami perasaan negatif tentang dirinya sendiri dan orang lain, sehingga klien selalu merasa diri tidak berharga dan mudah putus asa. Dampak lanjut jika tidak dilakukan intervensi akan mengakibatkan kepada risiko bunuh diri. Intervensi yang dilakukan berupa Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) pada kegiatan ini bertujuan untuk menurunkan tanda dan gejala harga diri rendah dengan cara masing-masing anggota kelompok berbagi pengalaman dalam mengatasi masalah yang dihadapi terkait harga diri rendah. Metode pada pengabdian masyarakat ini berupa simulasi dan *Small Group Discussion* dimana klien terdiri dari satu kelompok kecil yang terdiri dari 5 orang, pengukuran pada kegiatan ini dilakukan sebanyak dua kali sebelum diberikan TAK dan setelah diberikan TAK dengan menggunakan instrumen Self-Esteem Inventory dari Townsend MC. Hasil dari pengabdian masyarakat ini terjadi penurunan pada nilai mean sebelum dilakukan TAK mean 50 dan setelah dilakukan TAK menurun menjadi mean 45 hasil ini menunjukkan adanya penurunan tanda gejala harga diri rendah kronik. Hasil pengabdian ini mampu menurunkan tanda dan gejala harga diri rendah maka direkomendasikan kepada perawat di RSJD Provinsi Jambi untuk mengoptimalkan pemberian TAK pada klien harga diri rendah kronis.

Kata kunci : TAK, harga diri rendah

Abstract

Clients with chronic low self-esteem are negative symptoms of schizophrenia where clients experience negative feelings about themselves and others, so that clients always feel worthless and easily despair if no intervention is carried out, it will lead to the risk of suicide. The intervention carried out in the form of Group Activity Therapy (TAK) in this activity, each group member shared experiences in overcoming problems faced related to low self-esteem. The method for this community service is in the form of simulations and Small Group Discussions where the client consists of a small group consisting of 5 people, measurements in this activity are carried out twice before being given TAK and after being given TAK using the Self-Esteem Inventory instrument from Townsend MC. The results of this community service showed a decrease in the mean value before TAK was carried out (mean 50 and after TAK) decreased to mean 45. This result indicates a decrease in symptoms of chronic low self-esteem. The results of this service are able to reduce signs and symptoms of low self-esteem, so it is recommended to nurses at the Jambi Provincial Hospital to optimize the provision of TAK to clients with chronic low self-esteem.

Keywords : TAK, low self-esteem

1. PENDAHULUAN

Harga diri rendah yang tinggi digambarkan dari sifat individu yang memiliki perasaan penerimaan diri tanpa syarat, meskipun salah, kalah dan gagal, sebagai sifat yang berharga dan penting bagi dirinya sendiri. Individu yang memiliki perasaan tidak berharga, tidak berarti, dan harga diri rendah yang berkepanjangan akibat evaluasi negatif terhadap diri sendiri dan kemampuan sendiri merupakan gambaran seseorang yang memiliki harga diri rendah. Harga diri rendah adalah disfungsi psikologis yang menyebar luas - terlepas dari masalah spesifik mereka, hampir semua pasien menyatakan bahwa mereka ingin memiliki harga diri yang lebih baik. Jika kita hanya mengurangi harga diri rendah, banyak masalah psikologis akan berkurang atau hilang sama sekali. Harga diri merupakan komponen penting dari kesehatan psikologis. Banyak penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa harga diri yang rendah sering kali menyertai gangguan kejiwaan (Pardede, 2020).

Terapi aktivitas kelompok (TAK) adalah salah satu terapi modalitas yang dilakukan oleh seorang perawat pada sekelompok klien dengan masalah keperawatan yang sama (Keliat B. A., 2014). TAK stimulasi persepsi adalah terapi yang menggunakan aktivitas sebagai stimulus dan terkait dengan pengalaman dan atau kehidupan untuk didiskusikan dalam kelompok. Hasil diskusi kelompok dapat berupa kesepakatan persepsi atau alternatif penyelesaian masalah.

TAK adalah upaya memfasilitasi kemampuan sosialisasi sejumlah klien dengan masalah hubungan sosial. Salah satu gangguan hubungan sosial pada pasien gangguan jiwa adalah harga diri rendah (HDR). Terapi Aktivitas Kelompok yang bertujuan untuk mengajarkan dan melatih pasien untuk beradaptasi dengan orang lain, terapi yang menggunakan aktivitas, mempersepsikan berbagai stimulasi yang terkait dengan pengalaman dengan kehidupan untuk didiskusikan dalam kelompok. Hasil diskusi kelompok dapat berupa kesepakatan persepsi atau alternatif penyelesaian masalah (Widianti, 2017).

Hasil penelitian yang dilakukan (Widowati, 2010), pada klien harga diri setelah dilakukan TAK peningkatan harga diri mengalami penurunan tanda gejala harga diri rendah. Hasil penelitian lainnya yang dilakukan (Wahab, 2014) tentang efektivitas terapi aktivitas kelompok stimulasi persepsi terhadap peningkatan harga diri dan motivasi pada lansia mendapatkan hasil bahwa terjadi peningkatan harga diri dan motivasi pada lansia setelah diberikan TAK stimulasi persepsi sebanyak 1 kali. Penelitian sebelumnya juga dilakukan oleh (Widowati, 2010) tentang pengaruh TAK stimulasi persepsi peningkatan harga diri terhadap harga diri klien menarik diri mendapatkan hasil bahwa terjadi peningkatan harga diri setelah diberikan TAK stimulasi persepsi yang ditandai dengan berkurangnya tanda dan gejala HDR pada klien. Menurut teori TAK stimulasi persepsi akan efektif bila dilakukan dengan waktu optimal untuk satu sesi adalah 20-40 menit bagi kelompok yang baru (Stuart, 2016).

Menurut (Keliat B., 2019) pelaksanaan TAK pada klien harga diri rendah kronis penting dilakukan untuk menghilangkan tanda gejala harga diri rendah dimana TAK pada klien harga diri rendah ini terdiri dari 5 sesi yaitu: Mengidentifikasi kemampuan dan aspek positif pada diri, menilai kemampuan dan aspek positif pada diri klien yang dapat dilakukan, memilih aspek positif atau kemampuan yang akan dilatih, melatih kemampuan atau aspek positif pada diri, dan menilai manfaat latihan terhadap harga diri rendah.

Menurut (Townsend, 2013) pengukuran harga diri rendah menggunakan alat ukur *Self-Esteem Inventory* penilaian harga diri rendah dinyatakan dengan semakin tinggi skor rata-rata lebih dari 46 maka seseorang berisiko mengalami harga diri rendah dimana skor terendah 0 dan tertinggi 60.

Survey awal yang dilakukan tanggal 28 Maret 2022 pernyataan dari salah satu perawat di RSJD Provinsi Jambi bahwa klien dengan harga diri rendah kronis sudah dilakukan intervensi individu dan TAK umum namun belum pernah dilakukan TAK terkait harga diri rendah kronis. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini menurunkan tanda dan gejala harga diri rendah. Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini akan dipublikasikan pada jurnal Pengabdian STIKES Harapan Ibu Jambi (JPHI).

2. METODE

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 30 -31 Maret 2022 bertempat di Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Jambi dengan jumlah peserta sebanyak 14 orang. Metode yang digunakan dalam program pengabdian masyarakat ini berupa terapi aktivitas kelompok dengan cara simulasi, Pada kegiatan ini peserta dibuat menjadi 2 kelompok *small group discussion (SGD)* yang terdiri dari kelompok 1 sebanyak 10 orang, kelompok 2 sebanyak 5 orang. Media yang digunakan yaitu leaflet, alat tulis, speaker, gambar. Monitoring dan evaluasi diperoleh dari instrumen serta kemampuan klien untuk mengikuti terapi aktivitas kelompok. Kegiatan monitoring dilakukan dengan observasi langsung pengukuran untuk menilai harga diri dengan menggunakan alat ukur *Self-Esteem Inventory* dengan menggunakan skala likert dimulai dari nilai 0 tidak pernah, 1 jarang, 2 kadang-kadang, dan 3 sering, dengan total pertanyaan 20 nilai terendah 3 nilai tertinggi 60 penilaian masalah dengan harga diri ditunjukkan oleh item yang diberi skor "3" atau dengan skor total lebih tinggi dari 46.

Kegiatan TAK ini dilakukan dengan 3 fase sebagai berikut:

- a. Fase pra interaksi
Fase ini penyaji mencari klien untuk dijadikan peserta pada kegiatan pengabdian masyarakat ini yang mengalami diagnosis keperawatan harga diri rendah kronis. Selanjutnya mempersiapkan instrumen pre dan post, mempersiapkan alat dan bahan kegiatan.
- b. Fase orientasi
Fase ini penyaji melakukan perkenalan diri, mengucapkan salam, evaluasi validasi, menyebutkan tujuan, menyepakati kontrak waktu, tempat.
- c. Fase Kerja
Fase kerja ini penyaji menjelaskan tentang konsep harga diri rendah selanjutnya melakukan kegiatan TAK yang terdiri dari mengidentifikasi kemampuan dan aspek positif pada diri, menilai kemampuan dan aspek positif pada diri klien yang dapat dilakukan, memilih aspek positif atau kemampuan yang akan dilatih, melatih kemampuan atau aspek positif pada diri pada kegiatan ini klien melakukan latihan bernyanyi, menggambar, dan menulis, selanjutnya melakukan penilaian pada peserta tentang manfaat latihan terhadap harga diri rendah.
- d. Fase Terminasi
Fase terminasi ini penyaji melakukan evaluasi objektif dan subjektif, menyepakati rencana tindak lanjut, dan menutup salam.

Evaluasi dilakukan dengan menilai peningkatan pengetahuan/pemahaman terapi aktivitas kelompok melalui evaluasi posttest terkait materi dan demonstrasi yang dilakukan. Adapun tahap pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat:ata aspek positif pada diri, Klien dapat menilai manfaat latihan terhadap harga diri rendah.

3. HASIL

TAK pada klien harga diri rendah yang dilakukan di RSJD Provinsi Jambi dengan melibatkan perawat dan mahasiswa profesi ners ditujukan kepada klien dengan diagnosa keperawatan harga diri rendah kronis yang di rawat inap di RSJD Provinsi Jambi. Kegiatan TAK ini dapat menurunkan tanda gejala harga diri rendah. Adapun Kegiatan TAK ini terdiri dari 5 sesi yaitu: 1) mengidentifikasi kemampuan positif yang dimiliki klien; 2) menilai kemampuan positif yang dimiliki klien; 3) memilih kemampuan positif yang dimiliki klien; 4) melatih kemampuan positif yang dimiliki klien; 5) menilai manfaat yang dirasakan setelah kegiatan TAK.

Selama kegiatan TAK berlangsung peserta sangat kooperatif mengikuti kegiatan bernyanyi, mewarnai, dan menulis dari awal sampai akhir kegiatan.



Gambar 1. Penjelasan tentang tanda gejala Harga Diri Rendah Kronik pada kelompok SGD I



Gambar 2. Kegiatan TAK memberikan reward pada peserta yang kooperatif pada kelompok SGD 2

Hasil dari kegiatan TAK dapat dilihat pada tabel 1.1 sebagai berikut:

Tabel 1. Gambaran Harga Diri Sebelum Dilakukan TAK Pada Klien Harga Diri Rendah Kronis

Variabel	N	Mean	Min-Mak
Harga diri rendah	14	50	40-60

Hasil dari tabel 1 dapat dilihat bahwa rata-rata harga diri harga diri rendah klien dengan nilai 50 nilai minimal 40 dan maksimal 60.

Tabel 2. Gambaran Harga Diri Setelah Dilakukan TAK Pada Klien Harga Diri Rendah Kronis

Variabel	n	Mean	Min-mak
Harga diri rendah	14	45	40-60

Hasil dari tabel 2 dapat dilihat bahwa rata-rata harga diri rendah klien menurun menjadi 45 nilai minimal 40 dan maksimal 60.

4. PEMBAHASAN

Hasil dari kegiatan TAK ini terdapat penurunan gejala harga diri rendah setelah dilakukan TAK meskipun tidak terlalu banyak selisihnya hanya 5 point. Hasil ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Widowati, 2010) dari hasil analisa data dan interpretasi data dapat disimpulkan, harga diri pada klien sebelum diberikan TAK mengalami peningkatan tanda gejala harga diri rendah mean untuk pre test = 11,8000 dan setelah dilakukan TAK peningkatan harga diri mengalami penurunan tanda gejala harga diri rendah mean untuk post test = 4,2000. Hasil penelitian (Wahab, 2014) tentang efektivitas terapi aktivitas kelompok stimulasi persepsi terhadap peningkatan harga diri dan motivasi pada lansia mendapatkan hasil bahwa terjadi peningkatan harga diri dan motivasi pada lansia setelah diberikan TAK stimulasi persepsi sebanyak 1 kali. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh setelah diberikan (Blitaria, 2011), tentang tindakan terapi aktivitas kelompok stimulasi persepsi terjadi penurunan jumlah yang memiliki tanda dan gejala harga diri rendah dan teridentifikasi responden yang mampu melakukan terapi aktivitas kelompok stimulasi persepsi.

Penelitian sebelumnya juga dilakukan oleh (Widowati, 2010) tentang pengaruh TAK stimulasi persepsi peningkatan harga diri terhadap harga diri klien menarik diri mendapatkan hasil bahwa terjadi peningkatan harga diri setelah diberikan TAK stimulasi persepsi yang ditandai dengan berkurangnya tanda dan gejala HDR pada klien. Penelitian (Rahmawati, 2021), tentang studi kasus harga diri rendah kronis pada klien skizofrenia. Hasil penelitian klien skizofrenia dengan harga diri rendah kronis memiliki tanda dan gejala memandang diri sendiri secara negatif, merasa tidak mampu, dan merasa diri rendah. Kesimpulan, untuk melakukan asuhan keperawatan klien gangguan jiwa harus menggunakan prinsip komunikasi terapeutik dengan acuan strategi pelaksanaan. Penelitian yang dilakukan oleh (Ramadhani, 2021),

tentang pasien skizofrenia dengan harga diri rendah memiliki tanda dan gejala perasaan negatif terhadap diri sendiri, perasaan tidak mampu, dan rendah diri.

Menurut (Keliat B. , 2019), TAK yang diberikan pada klien dengan diagnosis keperawatan harga diri rendah kronis bisa berupa intervensi individu yang dilakukan secara berkelompok yang terdiri dari: sesi 1) Mengidentifikasi kemampuan dan aspek positif pada diri; sesi 2) Menilai kemampuan dan aspek positif pada diri klien yang dapat dilakukan; sesi 3) Memilih aspek positif atau kemampuan yang akan dilatih; sesi 4) Melatih kemampuan atau aspek positif pada diri; 5) Menilai manfaat latihan terhadap harga diri rendah. Stimulasi persepsi akan efektif bila dilakukan dengan waktu optimal untuk satu sesi adalah 20-40 menit bagi kelompok yang baru. (Stuart, 2016).

Kegiatan TAK ini mampu menurunkan gejala harga diri rendah sehingga berdampak kepada peningkatan harga diri pada peserta yang mengalami harga diri rendah kronis setelah dilakukan kegiatan TAK pada peserta yang mengalami harga diri rendah, dimana peserta sangat kooperatif selama proses kegiatan, peserta mampu bernyanyi, mewarnai dan menulis, sehingga terjadi penurunan tanda gejala harga diri rendah dapat dilihat juga dari 75% responden jarang merasa takut untuk mencoba sesuatu yang positif, dan dapat dilihat juga 65% responden jarang merasa sulit untuk melakukan sesuatu.

5. KESIMPULAN

Pemberian TAK pada klien harga diri rendah mampu menurunkan tanda dan gejala harga diri rendah sehingga terjadi peningkatan harga diri pada klien yang mengalami harga diri rendah kronis. Kegiatan TAK ini sangat bermanfaat pada klien harga diri rendah kronis dimana belum pernah dilakukan intervensi individu yang dilakukan dengan cara kelompok. Rekomendasi kegiatan berikutnya melakukan terapi kognitif behavior pada klien harga diri rendah kronis.

6. SARAN

Tim pengabdian kepada masyarakat diharapkan terus meningkatkan kerjasama dengan lembaga pemerintahan terutama instansi pemerintah dalam hal ini RSJD Provinsi Jambi terus mengoptimalkan intervensi individu dan kelompok untuk menurunkan tanda gejala harga diri rendah kronis.

7. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada STIKES Harapan Ibu Jambi yang telah mendukung kegiatan ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Direktur RSJD Provinsi Jambi yang telah memfasilitasi sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini bisa berjalan dengan baik.

8. DAFTAR PUSTAKA

- Blitaria, S. T. (2011). Pengaruh terapi aktivitas kelompok stimulasi persepsi terhadap penurunan tanda dan gejala pada pasien harga diri rendah.
- Keliat, B. (2019). Keperawatan Jiwa: Terapi Aktivitas Kelompok. Jakarta: EGC.
- Keliat, B. A. (2014). Keperawatan Jiwa Terapi Aktivitas Kelompok. (B. Angelina, Ed.).

- Pardede, J. A. (2020). Decreasing Symptoms of Risk of Violent Behavior in Schizophrenia Patients Through Group Activity Therapy. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 291-300.
- Rahmawati. (2021). Studi Kasus Harga Diri Rendah Kronis pada Pasien Skizofrenia. *Jurnal Keperawatan Notokusumo*, 13-23.
- Ramadhani, A. S. (2021). Studi Kasus Harga Diri Rendah Kronis pada Pasien Skizofrenia. *Jurnal Keperawatan Notokusumo*, 13-23.
- Soul, E. o. (2010). Effect of Therapy Group Activities Increase In Price of Self Interest Clients In The Soul. *Jurnal keperawatan*, 45-49.
- Stuart, G. W. (2016). Prinsip dan praktik keperawatan kesehatan jiwa Stuart. Singapore:: Elsevier.
- Townsend, M. C. (2013). *Psychiatric Mental Health Nursing : Concepts of Care in Evidence-Based Practice (7th ed.)*, Philadelphia : F.A. Davis.
- Wahab. (2014). Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Terhadap Peningkatan Harga Diri dan Motivasi Pada Lansia.
- Widianti, E. (2017). Aplikasi Terapi Spesialis Keperawatan Jiwa Pada Pasien Skizofrenia Dengan Harga Diri Rendah Kronis Di Rsmm Jawa Barat. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 83.
- Widowati, S. (2010). Effect of Therapy Group Activities Increase In Price of Self Interest Clients In The Soul. *Jurnal keperawatan*, 45-49.