

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masalah psikososial merupakan masalah yang banyak terjadi dimasyarakat dan memiliki dampak signifikan terhadap kesejahteraan individu. Masalah psikososial didefinisikan sebagai setiap perubahan dalam kehidupan individu, baik yang bersifat psikologis maupun sosial, yang memiliki hubungan timbal balik serta berpotensi besar menjadi faktor penyebab terjadinya gangguan jiwa (Agustini et al., 2024). Masalah psikososial mencerminkan adanya ketidakseimbangan antara pikiran, perasaan, perilaku, serta interaksi sosial, yang pada akhirnya dapat mengganggu fungsi individu dalam menjalani aktivitas kehidupan sehari-hari. Dalam standar diagnose keperawatan Indonesia (SDKI) salah satu masalah psikososial adalah harga diri rendah situasional (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017).

Harga diri rendah situasional merupakan masalah psikososial yang muncul akibat perubahan fisik, sosial, atau emosional dalam kehidupan seseorang. Menurut Dewi et al. (2024) kondisi ini ditandai oleh perasaan negatif terhadap diri sendiri sebagai respons terhadap kegagalan, kehilangan, atau perubahan yang menurunkan nilai diri. Harga diri rendah sering terjadi pada individu dengan penyakit kronis. Diabetes Melitus (DM) adalah salah satu penyakit kronis yang menimbulkan gangguan multi system (Candra et al., 2023). Harga diri rendah pada penderita diabetes melitus terjadi akibat perubahan situasi fisik/psikososial, seperti komplikasi (ulkus/gangren, kelemahan fisik), kelemahan dan penurunan fungsi tubuh, atau stigma penyakit

di masyarakat yang menimbulkan stres psikososial dan menurunkan persepsi diri (Yulidar et al., 2024).

Penurunan persepsi positif diri berdampak pada aspek psikologis, perilaku, dan klinis individu. Penderita akan cenderung mengalami distress diabetes lebih tinggi, merasa tertekan, dan frustrasi terhadap tuntutan pengelolaan penyakit (Kurniyawan et al., 2023). Akibatnya, pasien menjadi kurang patuh dalam menjaga pola makan, minum obat, serta mengontrol gula darah (Ozturk et al., 2022). Lebih rentan mengalami depresi serta gangguan kecemasan (Liu et al., 2020). WHO (2023) melaporkan bahwa penderita diabetes memiliki risiko 1,5–2 kali lebih tinggi mengalami depresi dibandingkan populasi umum, yang dapat berdampak pada penurunan harga diri.

Harga diri rendah pada pasien diabetes menurut studi oleh Ozturk et al. (2022) di Turki cukup tinggi sekitar 40% yang berkaitan dengan rendahnya kepercayaan diri dalam pengelolaan penyakit. Di Indonesia, prevalensi harga diri rendah pada pasien diabetes melitus cukup tinggi, mencapai 59%, dengan keluhan merasa tidak berdaya, tidak berguna, dan kurang percaya diri (Putra et al., 2021). Penelitian di Jawa Timur melaporkan 60,7% pasien DM tipe 2 memiliki harga diri rendah disertai tingkat distress diabetes yang lebih tinggi (Kurniyawan et al., 2023). Temuan serupa juga didapatkan di RSUD dr. Saiful Anwar Malang menunjukkan 58,3% pasien memiliki harga diri rendah akibat lama menderita penyakit, kurangnya dukungan sosial, dan kelelahan psikologis yang memicu coping individu tidak efektif (Nisa., 2019).

Mekanisme koping yang tidak efektif adalah ketidakmampuan individu menyesuaikan diri terhadap stres atau tekanan hidup (Bidiastuti et al., 2022). Pada penderita diabetes melitus, koping tidak efektif muncul karena tuntutan pengelolaan diri yang ketat dan berkelanjutan, sehingga kegagalan mencapai target terapi sering menimbulkan perasaan tidak berdaya, gagal, dan rendah diri (Kurniyawan et al., 2023). Kondisi psikologis pasien kian terpuruk oleh adanya perubahan citra tubuh akibat komplikasi fisik nyata, seperti luka kaki diabetik atau obesitas. Tekanan tersebut diperparah oleh penilaian negatif dari lingkungan sekitar yang menimbulkan rasa malu dan bersalah pada diri pasien. Kombinasi dari ketidakberdayaan, kerusakan citra tubuh, dan stigma sosial inilah yang pada akhirnya membuat harga diri rendah pada pasien diabetes melitus (de Castro et al., 2020).

Pasien diabetes melitus dengan luka ulkus cenderung memiliki harga diri lebih rendah karena keterbatasan mobilitas, bau luka, lamanya perawatan, serta perubahan fisik yang menurunkan kepercayaan diri. Selain itu, kehilangan fungsi tubuh atau amputasi juga dapat menimbulkan perasaan tidak berharga pada pasien diabetes (Bidiastuti et al., 2022). Jika tidak segera ditangani, harga diri rendah situasional dapat berkembang menjadi harga diri rendah kronik, sehingga memerlukan penanganan yang tepat. Penanganan harga diri rendah situasional bertujuan membantu individu mengenali nilai diri, meningkatkan kepercayaan diri, dan mengembangkan mekanisme koping adaptif. Pendekatan efektif meliputi penerimaan diri, pemberian umpan balik positif, dan peningkatan kemampuan sosial (Dewi et al., 2024).

Salah satu bentuk pendekatan yang dapat dilakukan adalah intervensi afirmasi positif yang berdasarkan pada *Self-Affirmation Theory* (Teori Afirmasi Diri). Teori ini menjelaskan bahwa saat seseorang merasa tertekan akibat suatu penyakit, penegasan nilai positif dalam diri dapat membantu memulihkan rasa percaya diri dan gambaran diri mereka secara utuh (Steele, 1988). Terapi afirmasi positif bekerja dengan cara melatih otak secara berulang agar fokus pasien beralih dari stres akibat penyakit kronis menuju penguatan kelebihan atau hal-hal berharga yang masih mereka miliki (Sherman & Cohen, 2006). Melalui penyusunan kalimat positif yang diulang secara konsisten dan terjadwal, intervensi ini membantu pasien melihat bahwa diri mereka tetap berharga di luar keterbatasan fisik akibat penyakitnya, sehingga mereka lebih yakin dan bersemangat dalam mengelola perawatan diri (Cohen & Sherman, 2014).

Studi oleh Widanarko et al. (2023) menyebutkan terapi afirmasi positif mampu membentuk pola pikir dan mekanisme koping yang adaptif, sehingga individu tidak terjebak dalam pandangan diri negatif. Terapi ini terbukti efektif meningkatkan harga diri, menurunkan depresi, serta memperbaiki kesejahteraan emosional pada pasien dengan penyakit kronik. Studi lain menunjukkan bahwa terapi afirmasi positif meningkatkan dalam persepsi diri dan kontrol terhadap pikiran negative (Septyanti et al., 2024). Sejalan dengan studi oleh Arianti et al. (2024) melaporkan peningkatan pada citra tubuh dan harga diri pasien diabetes setelah dilakukan terapi afirmasi positif. Berdasarkan hal tersebut, penulis tertarik melakukan studi kasus penerapan terapi afirmasi

positif pada pasien diabetes melitus dengan harga diri rendah situasional di ruang jimbaran RSUD dr. Saiful anwar malang.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana tingkat harga diri pada pasien diabetes melitus dengan harga diri rendah situasional setelah dilakukan terapi afirmasi positif ?

1.3 Tujuan Penulisan

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis tingkat harga diri pada pasien diabetes melitus dengan harga diri rendah situasional setelah dilakukan terapi afirmasi positif.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi data dan menganalisis masalah keperawatan harga diri rendah situasional pada pasien diabetes melitus.
- b. Merencanakan tindakan dan mengimplementasikan penerapan terapi afirmasi pada pasien diabetes melitus dengan harga diri rendah situasional
- c. Menganalisis perkembangan perilaku harga diri rendah dan mengevaluasi penerapan terapi afirmasi positif pada pasien diabetes melitus dengan harga diri rendah situasional.

1.4 Manfaat Penulisan

1.4.1 Manfaat Praktis

a. Bagi klien

Membantu pasien dalam proses terapi afirmasi positif untuk mengatasi harga diri rendah situasional yang dapat diimplementasikan secara mandiri dan dilakukan sewaktu waktu.

b. Bagi layanan kesehatan

Dapat memberikan informasi manfaat terapi afirmasi positif sehingga memotivasi perawat untuk mengimplementasikan dalam asuhan keperawatan pasien kronis (DM) yang mengalami masalah psikososial harga diri rendah situasional.

1.4.2 Manfaat Teoritis

Dapat menjadi pengetahuan ilmiah dibidang keperawatan jiwa bagi tenaga kesehatan dan mahasiswa keperawatan dalam pengelolaan harga diri rendah situasional melalui terapi afirmasi positif.

1.4.3 Manfaat Pengembangan

Studi ini dapat menjadi landasan bagi penelitian selanjutnya dalam inovasi pengelolaan harga diri rendah situasional dengan memperluas subjek penelitian dan eksplorasi lebih luas terkait variable penelitian yang mempengaruhi berdasarkan fenomena yang terjadi.