

**EFEKTIVITAS MODEL TERAPI AKTIVITAS KELOMPOK
BERBASIS MEDIA TERSTRUKTUR PADA PASIEN HARGA
DIRI RENDAH**

KARYA TULIS ILMIAH

DEFIKA CARLA YUANITA

NIM. P17230233103



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN BLITAR**

2026

**EFEKTIVITAS MODEL TERAPI AKTIVITAS KELOMPOK
BERBASIS MEDIA TERSTRUKTUR PADA PASIEN HARGA
DIRI RENDAH**

Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan
pendidikan Diploma III di Program Studi Diploma III Keperawatan Blitar
Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

DEFIKA CARLA YUANITA

NIM. P17230233103



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN BLITAR
2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah

**"EFEKTIVITAS MODEL TERAPI AKTIVITAS KELOMPOK
BERBASIS MEDIA TERSTRUKTUR PADA PASIEN HARGA DIRI RENDAH"**

Disusun Oleh :

Defika Carla Yuanita

P17230233103

Mengetahui,
Ketua Program Studi



Wiwin Martiningsih, M.Kep., Ph.D.NS

NIP. 19710922 199603 2 001

Tanggal Disetujui : 6 Mei 2026
Pembimbing



Mujito, A.Per.Pen., M.Kes.

NIP. 19640707 198603 1 003

HALAMAN PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH

"EFEKTIVITAS MODEL TERAPI AKTIVITAS KELOMPOK
BERBASIS MEDIA TERSTRUKTUR PADA PASIEN HARGA DIRI RENDAH"

Disusun oleh:

Defika Carla Yuanita

P17230233103

Telah dipertahankan dalam Seminar di depan Dewan Penguji

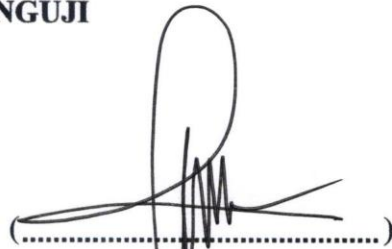
Pada tanggal:

11 Mei 2026

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,

M. Miftachul Ulum, S.Kep., Ns., M.Kes.
NIP. 196803121988031001



Anggota,

Mujito, A.Per.Pen., M.Kes.
NIP. 196407071986031003



Malang, 11 Mei 2026

Ketua Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang



Dr. Erlina Suci Astuti, S.Kep., Ns., M.Kep.

NIP. 197608102002122001

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah adalah hasil karya Saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Defika Carla Yuanita

NIM : P17230233103

Tanda Tangan :

Tanggal :

HALAMAN MOTTO

MOTTO

“Dan bersabarlah kamu, karena sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar”

(QS. Al-Anfal: 46)

“Tak perlu menjadi sempurna untuk bisa berarti, karena setiap proses memiliki nilai dan setiap langkah membawa kita lebih dekat pada tujuan.”

Zona Nyaman – Fourtwnty

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia memperoleh apa yang diusahakannya.”

(QS. Al-Baqarah: 286)

“Bukan untuk menang kalah, tapi tentang bagaimana kau bangkit berkali kalinya, sebesar apapun hasilnya nikmati perjalanannya”

Chintya Gabriella

EFEKTIVITAS MODEL TERAPI AKTIVITAS KELOMPOK BERBASIS MEDIA TERSTRUKTUR PADA PASIEN HARGA DIRI RENDAH

Defika Carla Yuanita

Program Studi D3 Keperawatan Blitar Poltekkes Kemenkes Malang,

Jl. Dr. Sutomo No. 56 Bendogerit, Kec. Sananwetan, Kota Blitar

devikayu04@gmail.com

ABSTRAK

Harga diri rendah merupakan kondisi psikososial yang ditandai dengan penilaian negatif terhadap diri sendiri, kurangnya kepercayaan diri, serta hambatan dalam keterampilan sosial. Kondisi ini berdampak pada penurunan fungsi sosial sehingga memerlukan intervensi yang efektif, salah satunya Terapi Aktivitas Kelompok berbasis media terstruktur. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas Terapi Aktivitas Kelompok berbasis media terstruktur dalam meningkatkan keterampilan sosial pasien harga diri rendah. Penelitian ini menggunakan desain pre-experimental dengan pendekatan one group pre-test dan post-test. Sampel berjumlah 5 responden yang dipilih secara purposive. Intervensi dilakukan selama 5 sesi menggunakan media terstruktur. Data dikumpulkan menggunakan lembar observasi keterampilan sosial meliputi komunikasi verbal, nonverbal, empati, kerja sama, kontrol emosi, dan pemecahan masalah sosial. Sebelum intervensi, seluruh responden (100%) berada pada kategori kurang. Setelah intervensi, terjadi peningkatan dimana 3 responden (60%) berada pada kategori baik dan 2 responden (40%) pada kategori cukup, tanpa responden kategori kurang. Terapi Aktivitas Kelompok berbasis media terstruktur efektif meningkatkan keterampilan sosial melalui stimulasi interaksi, partisipasi aktif, dan latihan keterampilan sosial secara sistematis. Harga diri rendah, terapi aktivitas kelompok, media terstruktur, keterampilan sosial.

Kata Kunci : harga diri rendah, terapi aktivitas kelompok, media terstruktur, keterampilan sosial

THE EFFECTIVENESS OF A STRUCTURED MEDIA-BASED GROUP ACTIVITY THERAPY MODEL FOR PATIENTS WITH LOW SELF-ESTEEM

Defika Carla Yuanita

Program Studi D3 Keperawatan Blitar Poltekkes Kemenkes Malang,

Jl. Dr. Sutomo No. 56 Bendogerit, Kec. Sananwetan, Kota Blitar

devikayu04@gmail.com

ABSTRAK

Low self-esteem is a psychosocial condition characterized by negative self-perception, a lack of self-confidence, and difficulties with social skills. This condition leads to impaired social functioning and therefore requires effective intervention, one of which is structured media-based Group Activity Therapy. This study aims to determine the effectiveness of structured media-based Group Activity Therapy in improving the social skills of patients with low self-esteem. This study used a pre-experimental design with a one-group pre-test and post-test approach. The sample consisted of 5 respondents selected through purposive sampling. The intervention was conducted over 5 sessions using structured media. Data were collected using a social skills observation sheet covering verbal and nonverbal communication, empathy, cooperation, emotional control, and social problem-solving. Before the intervention, all respondents (100%) were in the “poor” category. After the intervention, there was an improvement, with 3 participants (60%) in the “good” category and 2 participants (40%) in the “adequate” category, with no participants remaining in the “poor” category. Group Activity Therapy using structured media is effective in improving social skills through the stimulation of interaction, active participation, and systematic social skills training. Low self-esteem, group activity therapy, structured media, social skills.

Keyword : low self-esteem, group therapy, structured media, social skills

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan Rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyusun tugas akhir dengan judul “Efektivitas Model Terapi Aktivitas Kelompok Berbasis Media Terstruktur pada Pasien Harga Diri Rendah” sebagai salah satu syarat untuk melakukan penelitian dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi D-III Keperawatan Blitar Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.

Penulis menyadari bahwa selama penyusunan proposal tugas akhir ini banyak mendapatkan bimbingan, arahan, serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. Siti Nur Kholifah, SKM., M.Kep., Sp.Kom. selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Malang.
2. Dr. Erlina Suci Astuti, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Malang.
3. Wiwin Martiningsih, M.Kep., Ph.D.Ns selaku Ketua Program Studi D-III Keperawatan Blitar Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Malang.
4. Mujito, A.Per.Pen., M.Kes. selaku Pembimbing Utama yang telah memberikan pengarahan dan bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. M. Miftachul Ulum, S.Kep., Ns., M.Kes. selaku Ketua Penguji yang berkenan memberikan saran dan dukungan kepada penulis dalam memperbaiki penyusunan Karya Tulis ini.
6. Seluruh dosen dan staf pegawai Program Studi D-III Keperawatan Blitar yang telah memberikan ilmu dan bantuannya.
7. Kedua orang tua saya dan keluarga yang selalu memberikan dukungan, motivasi, dan do’a kepada penulis dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

8. Teman-teman yang telah menjadi bagian dari perjalanan ini, baik melalui dukungan, bantuan, maupun kebersamaan selama proses penyusunan karya ini.
9. Diri sendiri yang telah melalui berbagai proses, tantangan, dan keterbatasan, namun tetap berkomitmen untuk menyelesaikan karya ini hingga akhir.
10. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu oleh penulis, yang telah banyak membantu memberikan pemikiran demi kelancaran dan keberhasilan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
11. Seseorang yang pernah hadir dan mengisi perjalanan ini dengan banyak cerita. Meskipun saat ini tidak lagi bisa bersama, namun setiap dukungan dan kenangan yang pernah ada telah memberikan kekuatan bagi penulis untuk terus melangkah hingga menyelesaikan karya ini. Semoga segala kebaikan yang pernah diberikan kembali dengan kebahagiaan yang lebih besar.

Penulis menyadari dalam penyusunan dan penulisan Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun dari pembaca sangat penulis harapkan demi kesempurnaan tugas akhir ini, semoga bermanfaat bagi semua pihak.

Blitar, 10 Mei 2026

Penulis

Defika Carla Yuanita

NIM. P17230233103

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	v
HALAMAN MOTTO	vi
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRAK</i>	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian	5
1. Manfaat Teoretis	5
2. Manfaat Praktis.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Harga Diri Rendah.....	6
1. Definisi	6
2. Faktor Penyebab	7
3. Tanda dan Gejala	11

B. Keterampilan sosial	13
1. Definisi	13
2. Komponen Keterampilan Sosial.....	15
C. Terapi aktivitas kelompok	17
1. Definisi	17
2. Tujuan terapi aktivitas kelompok	18
3. Prinsip terapi aktivitas kelompok	19
D. TAK berbasis media terstruktur.....	22
1. Definisi	22
2. Manfaat.....	23
3. Pelaksanaan	24
E. Pengaruh TAK berbasis media terstruktur terhadap keterampilan kelompok	25
F. Penelitian Terdahulu	26
G. Kerangka Konseptual	28
BAB III METODE PENELITIAN.....	30
A. Desain Penelitian	30
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	30
C. Populasi dan Sampel.....	31
D. Variabel Penelitian.....	32
E. Definisi Operasional	33
F. Kerangka Operasional	37
G. Instrumen Penelitian	38
H. Prosedur Penelitian	39
I. Teknik Analisis Data.....	42
J. Etika Penelitian.....	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	45
A. Hasil Penelitian.....	45
1. Gambaran Tempat Penelitian.....	45
2. Karakteristik Responden	47
3. Gambaran Pelaksanaan Intervensi.....	48

4. Pelaksanaan Pre-test dan Post-test.....	51
5. Hasil Pre-test Keterampilan Sosial Responden	52
6. Hasil Post-Test Keterampilan Sosial Responden	55
7. Perubahan Keterampilan Sosial.....	57
8. Analisis Hasil Penelitian.....	59
B. Pembahasan	60
1. Hasil Pre-test Keterampilan Sosial Responden	60
2. Hasil Post-test Keterampilan Sosial Responden.....	61
3. Perbandingan Pre-test dan Post-test	63
4. Analisis Perubahan Berdasarkan Domain Keterampilan sosial	64
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	69
A. Kesimpulan.....	69
B. Saran	70
1. Perawat	70
2. Rumah Sakit	70
3. Institusi Pendidikan	71
4. Peneliti Selanjutnya	71
DAFTAR PUSTAKA.....	72
LAMPIRAN.....	75

DAFTAR TABEL

3.1 Definisi Operasional.....	34
4.1 Karakteristik Responden.....	47
4.2 Hasil Pre-test Keterampilan Sosial Responden.....	53
4.3. Hasil Post-test Keterampilan Sosial Responden.....	55
4.4 Rekapitulasi Perubahan Keterampilan Sosial.....	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konseptual	29
Gambar 2 Kerangka Operasional	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Informed Consent	75
Lampiran 2. Instrumen Penelitian	76
Lampiran 3. Instrumen Penelitian	84
Lampiran 4. SOP Terapi Aktivitas Kelompok Berbasis Media Terstruktur	85
Lampiran 5. Validasi Instrumen	93
Lampiran 6. Jadwal Penelitian (Time Schedule)	96