

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan jiwa merupakan kondisi keseimbangan antara aspek fisik, mental, emosional, spiritual, dan sosial yang memungkinkan individu mampu mengatasi tekanan dalam kehidupan sehari-hari dan berfungsi secara produktif (Fitrianah, 2018). Dalam kondisi tersebut, individu dapat berperan aktif dalam kehidupan bermasyarakat. Sebagian individu mengalami hambatan dalam menghadapi tekanan, sehingga menyebabkan ketidakmampuan menjalankan aktivitas sosial. Ketidakmampuan mengelola stres berkepanjangan dapat menimbulkan gangguan jiwa, yaitu perubahan pola pikir, emosi, serta perilaku yang mengganggu aktivitas sehari-hari (Fahrezi et al., 2020).

Salah satu gangguan psikososial yang sering muncul adalah harga diri rendah. Harga diri rendah ditandai dengan penilaian negatif terhadap diri sendiri, perasaan gagal, dan kurangnya kepercayaan diri, yang dapat dipengaruhi oleh pengalaman traumatis seperti perceraian, kehilangan pekerjaan, atau kegagalan dalam pendidikan (Wulandari & Widowati, 2025).

Harga diri rendah berdampak pada berbagai aspek kehidupan. Secara psikologis, individu dapat mengalami perasaan putus asa, frustrasi, dan depresi. Secara sosial, penderita mengalami penurunan kepercayaan diri dalam berinteraksi, berkurangnya peran sosial, dan hambatan dalam pendidikan atau pekerjaan (Wandono & Arum Pratiwi, 2017). Secara fisik, tekanan emosional

dapat memicu kelelahan, sakit kepala, hingga penurunan daya tahan tubuh. Pada aspek spiritual, individu dapat kehilangan rasa makna hidup dan motivasi menjalankan aktivitas ibadah (Isdianto et al., 2025).

Secara global, terdapat sekitar 379 juta jiwa yang mengalami gangguan jiwa. Di Indonesia, tercatat bahwa sekitar 54 juta jiwa atau sekitar 20% penduduk mengalami gangguan jiwa (Adha & Ramli, 2025). Sebanyak 6,7% penduduk Indonesia mengalami harga diri rendah, dengan dominasi perempuan usia 41–46 tahun. Data tersebut menunjukkan bahwa masalah kesehatan jiwa, termasuk harga diri rendah, masih menjadi isu serius yang memerlukan intervensi tepat dan berkelanjutan (Widianti et al., 2021).

Kajian literatur menunjukkan bahwa terapi aktivitas kelompok (TAK) dapat memberikan dampak signifikan dalam meningkatkan harga diri dan fungsi sosial pasien (Maulana et al., 2022). Sebagian besar penelitian sebelumnya memiliki keterbatasan. Durasi intervensi umumnya pendek (1–2 minggu), tidak melakukan evaluasi jangka panjang, dan menggunakan desain studi kasus dengan satu partisipan sehingga kurang representatif. Media yang digunakan dalam TAK tidak dijelaskan secara rinci sehingga sulit direplikasi (Rahmawati et al., 2021). Sebagian besar penelitian juga tidak menggunakan desain eksperimen atau pretest–posttest, serta tidak memiliki instrumen yang terstandar. Kesenjangan tersebut menunjukkan perlunya penelitian yang menggunakan metodologi lebih kuat dan media yang terstruktur.

Diperlukan penelitian menggunakan desain pretest dan posttest yang terstruktur guna menguji efektivitas intervensi aktivitas kelompok terhadap

kemampuan sosial pasien harga diri rendah. Sebelum intervensi, dilakukan pretest untuk menilai lima domain sosial yaitu komunikasi verbal, komunikasi nonverbal, empati, kerja sama, kontrol diri dan emosi, serta kemampuan pemecahan masalah sosial (Astutik, 2025). Intervensi TAK dirancang secara kolaboratif, terstruktur, dan menggunakan media yang jelas seperti kartu visual, bola, dan pipa agar mudah direplikasi. Setelah intervensi, dilakukan posttest dengan instrumen yang sama untuk menilai perubahan kemampuan sosial partisipan. Pendekatan ini diharapkan menghasilkan bukti lebih valid terkait efektivitas TAK dalam meningkatkan keterampilan bersosialisasi pasien harga diri rendah.

RS Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang merupakan pusat rujukan nasional dalam pelayanan kesehatan jiwa dan menangani berbagai kategori gangguan mental, termasuk pasien dengan harga diri rendah yang mengalami hambatan keterampilan sosial (Indira et al., 2017). Rumah sakit ini secara rutin melaksanakan berbagai bentuk TAK, seperti terapi sosialisasi, terapi pengenalan, dan terapi kelompok sosial, yang terbukti meningkatkan interaksi dan keterampilan sosialisasi dasar (BINA, 2025). Belum ada penelitian yang secara khusus mengeksplorasi keterampilan sosial secara multidimensi, seperti komunikasi verbal dan nonverbal, empati, kerja sama, kontrol diri, serta pemecahan masalah sosial. Lokasi penelitian ini relevan untuk menguji Efektivitas Model Terapi Aktivitas Kelompok Berbasis Media Terstruktur Pada Pasien Harga Diri Rendah dengan pendekatan pretest–posttest.

B. Rumusan Masalah

Apakah Model Terapi Aktivitas Kelompok Berbasis Media Terstruktur Pada Pasien Harga Diri Rendah efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial pada pasien dengan harga diri rendah?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Efektivitas Model Terapi Aktivitas Kelompok Berbasis Media Terstruktur Pada Pasien Harga Diri Rendah dalam meningkatkan keterampilan sosial pada pasien dengan harga diri rendah.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kondisi awal (pretest) keterampilan sosial pasien harga diri rendah pada lima domain sosial.
- b. Mengukur perubahan keterampilan sosial pasien setelah intervensi (posttest).
- c. Mendeskripsikan hasil pretest dan posttest.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan di bidang keperawatan jiwa, khususnya terkait intervensi terapeutik berbasis aktivitas kelompok yang efektif untuk meningkatkan keterampilan sosial pada pasien dengan harga diri rendah.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Perawat

Memberikan model intervensi TAK berbasis media terstruktur yang jelas, sistematis, dan mudah direplikasi dalam praktik klinis.

b. Bagi Rumah Sakit

Menjadi dasar pengembangan program intervensi keperawatan jiwa yang lebih efektif dan berkelanjutan, khususnya untuk pasien dengan hambatan harga diri dan keterampilan sosial.

c. Bagi Pasien

Membantu meningkatkan kemampuan komunikasi, interaksi sosial, kerja sama, kontrol emosi, serta pemecahan masalah sosial sehingga kualitas hidup meningkat.