

**LITERATUR REVIEW TERAPI AKTIVITAS KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN  
HARGA DIRI RENDAH (HDR)****Indra Maulana<sup>1\*</sup>, Iceu Amira<sup>2</sup>, Hendrawati<sup>3</sup>, Sukma Senjaya<sup>4</sup>**<sup>1-4</sup>Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran

Email Korespondensi: indra.maulana@unpad.ac.id

Disubmit: 03 Agustus 2022 Diterima: 25 Agustus 2022 Diterbitkan: 01 Desember 2022  
DOI: <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i12.7400>**ABSTRAK**

Kesehatan jiwa merupakan salah satu permasalahan kesehatan di seluruh dunia. Harga diri rendah mempengaruhi kesehatan jiwa yang merupakan perasaan negatif terhadap diri sendiri termasuk kehilangan rasa percaya diri, tidak berguna, tidak berdaya pesimis, tidak ada harapan dan putus asa. Penelitian ini untuk mengetahui dampak dari terapi aktivitas kelompok untuk meningkatkan harga diri rendah (HDR). *Literature review* ini menggunakan metode pencarian PICO menggunakan kata kunci TAK, HDR, artikel sesuai dengan kata kunci dan terpilih 10 artikel yang telah melalui seleksi dan sesuai dengan kriteria. Dari 10 artikel yang ditemukan, Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) stimulasi persepsi, sensori maupun kombinasi dapat memberikan dampak positif serta membantu klien meningkatkan perilaku adaptif dan mengurangi perilaku maladaptive terutama pada klien harga diri rendah. Konsep diri pada klien harga diri rendah sebelum dan sesudah Terapi Aktivitas Kelompok memberikan hasil yang signifikan. Berdasarkan beberapa jurnal yang telah didapat dan telah dianalisis dapat disimpulkan bahwa kegiatan terapi aktivitas kelompok ini dapat meningkatkan harga diri pada pasien dengan harga diri rendah.

**Kata Kunci:** HDR, TAK, Terapi**ABSTRACT**

*Mental health is one of the health problems in the world. Low self-esteem affects mental health which is a negative feeling towards oneself including loss of self-confidence, useless, helpless, pessimistic, hopeless and hopelessness. This study was to determine the impact of group activity therapy to improve low self-esteem (HDR). This literature review uses the PICO search method using the keywords TAK, HDR, articles according to the keywords and selected 10 articles that have gone through the selection and match the criteria. From the 10 articles found, Group Activity Therapy (TAK) perceptual, sensory or combination stimulation can have a positive impact and help clients improve adaptive behavior and reduce maladaptive behavior, especially in clients with low self-esteem. Self-concept in clients with low self-esteem before and after Group Activity Therapy gave significant results. Based on several journals that have been obtained and have been analyzed, it can be concluded that this*

*group activity therapy activity can increase self-esteem in patients with low self-esteem.*

**Keywords:** HDR, TAK, Therapy

## PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa menjadi salah satu permasalahan kesehatan di seluruh dunia, banyak yang mengalami gangguan jiwa baik dari kalangan remaja, dewasa, anak-anak sampai orang tua atau lansia mengalami gangguan tersebut. Salah satu permasalahan yang dialami adalah gangguan jiwa dengan harga diri rendah. Harga diri rendah merupakan perasaan negatif terhadap diri sendiri termasuk kehilangan rasa percaya diri, tidak berguna, tidak berdaya pesimis, tidak ada harapan dan putus asa (Kusuma, 2015).

Menurut data (WHO, 2016), terdapat sekitar 35 juta orang terkena depresi, 60 juta orang terkena bipolar, 21 juta terkena skizofrenia, serta 47,5 juta terkena demensia. Di Indonesia, dengan berbagai faktor biologis, psikologis dan sosial dengan keanekaragaman penduduk; maka jumlah kasus gangguan jiwa terus bertambah yang berdampak pada penambahan beban negara dan penurunan produktivitas manusia untuk jangka panjang. Data (RI., 2019) Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas mencapai sekitar 6.1% dari jumlah penduduk Indonesia. Sedangkan prevalensi gangguan jiwa berat, seperti skizofrenia mencapai sekitar 400.000 orang atau sebanyak 1,7 per 1.000

penduduk, maka satu sampai dua diantaranya menderita gangguan jiwa.

Gangguan jiwa mengenai harga diri rendah adalah perasaan negatif terhadap dirinya sendiri menyebabkan kehilangan rasa percaya diri, pesimis, dan tidak berharga di kehidupan (Dermawan, D., 2013). Seseorang yang mengalami harga diri rendah akan mempengaruhi semua aspek dari kehidupannya yang ditandai dengan gejala-gejala psikotik yang khas dan terjadi kemunduran fungsi sosial. Gejala yang lebih banyak muncul yaitu depresi pada pasien yang mengganggu konsep diri pasien sehingga menjadikan kurangnya penerimaan pasien di lingkungan keluarga dan masyarakat terhadap kondisi yang dialami pasien yang dapat mengakibatkan pasien mengalami isolasi sosial. Selain itu sulit bergaul, penurunan produktivitas, dan menarik diri dari realitas (Yosep, 2010).

Dampak jika seseorang mengalami harga diri rendah yaitu tidak akan berkembang dalam kehidupannya, merasa terkucil dan tidak mau berinteraksi dengan orang lain atau menarik diri karena merasa rendah diri dan tidak mempunyai kepercayaan diri. Seseorang dengan harga diri rendah dengan menyendiri maka cenderung akan berhalusinasi dan bisa menyebabkan depresi bahkan mungkin akan merusak lingkungan dan melakukan kekerasan pada orang lain. Gangguan jiwa yang terjadi dengan masalah harga diri

rendah perlu menjadi perhatian dan penanganan khusus agar tidak berkelanjutan menjadi isolasi sosial hingga mengakibatkan bunuh diri.

Upaya yang dilakukan untuk meningkatkan harga diri rendah adalah dengan memberikan terapi psikososial yang bisa dilaksanakan di rumah sakit, klinik rawat jalan, pusat kesehatan jiwa, rumah atau kelompok sosial (Kaplan, H.I., Sadock, 2010). Tindakan keperawatan pada pasien harga diri rendah dapat diberikan secara individu, terapi keluarga dan penanganan di komunitas baik generalis ataupun spesialis.

Penatalaksanaan pasien dengan harga diri rendah dapat dilakukan salah satunya dengan pemberian stimulus atau rangsangan yang memicu timbulnya persepsi yang positif terhadap dirinya sendiri atau istilah lain Terapi aktivitas

### KAJIAN PUSTAKA

Harga diri rendah adalah perasaan tidak berharga, tidak berarti dan rendah diri yang berkepanjangan akibat evaluasi yang negatif terhadap diri sendiri atau kemampuan diri. Adanya hilang kepercayaan diri, merasa gagal karena tidak mampu mencapai keinginan sesuai ideal diri. Harga diri seseorang diperoleh dari diri sendiri dan orang lain (Yosep, 2011). Harga diri rendah dapat disebabkan oleh faktor biologis seperti penampilan tubuh, kecacatan, atau suatu penyakit. Selain itu dapat disebabkan oleh faktor psikologis seperti adanya penolakan, tidak terpenuhinya kebutuhan, terjadinya kegagalan, perkembangan individu; dan sosial budaya seperti status sosial

kelompok (TAK). Intervensi TAK stimulasi untuk melatih klien menyadari kemampuan positif dan dapat mengoptimalkan kemampuannya (Wuryaningsih, E. W., Windarwati, H. O., Dewi, E. ikhtiarini, Deviantory, F., & Hadi, n.d.). Hasil diskusi kelompok dapat berupa kesepakatan persepsi atau alternatif penyelesaian masalah (Kelliat, B.A. & Pawirowiyono, 2015) pasien belajar untuk meningkatkan harga dirinya dengan menggali kemampuan positif individu, dan membantu anggotanya berhubungan satu dengan yang lain serta mengubah perilaku yang destruktif dan maladaptif.

Kegunaan dari penulisan literature review ini adalah salah satu sumber pustaka dan masukan terkait cara mengatasi gangguan jiwa harga diri rendah dengan terapi aktivitas kelompok.

ekonomi, lingkungan yang tidak kondusif. Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa gangguan harga diri rendah adalah gangguan konsep diri dimana harga diri merasa gagal mencapai keinginan, perasaan tentang diri yang negatif dan merasa dirinya lebih rendah dibandingkan orang lain ( Wurya Ningsih, Widarwati, Dewi, Devian Tory & Jadi, 2020).

Jika harga diri rendah tersebut tidak diatasi maka akan muncul rasa malu dan bersalah terhadap diri sendiri, terjadinya masalah pada hubungan sosial, merendahkan diri, tidak percaya diri, bahkan bisa melukai dirinya sendiri maupun orang lain (Muhith, 2015). Maka dari itu diperlukan intervensi yang tepat untuk menghindari terjadinya hal-hal yang dapat merugikan klien.

Tindakan oleh perawat dapat dilakukan pada pasien maupun keluarga pasien. Pada pasien dapat diterapkan 2 SP, yaitu SP1: Mendiskusikan kemampuan dan aspek positif yang dimiliki pasien, membantu pasien menilai kemampuan yang masih dapat digunakan, membantu pasien memilih/menetapkan akan dilatih, melatih kemampuan yang sudah dipilih sesuai kemampuan dan menyusun jadwal pelaksanaan kemampuan yang telah dilatih dalam rencana harian; SP2: Melatih pasien melakukan kegiatan lain yang sesuai dengan kemampuan pasien. Tujuan dari intervensi pada keluarga maupun pasien adalah agar pasien dapat mengidentifikasi kemampuan dan aspek positif yang dimiliki sebagai distraksi dari harga diri rendah yang dimilikinya. Salah satu caranya adalah dengan dilakukan secara berkelompok yaitu dengan Terapi Aktivitas Kelompok (selanjutnya dibaca TAK) (Muhith, 2015).

Pada pasien dengan harga diri rendah bentuk TAK yang

dilakukan adalah berupa stimulasi persepsi. TAK dilaksanakan untuk melatih pasien menyadari kemampuan positif dan dapat mengoptimalkan kemampuannya tersebut (Wuryaningsih et al., 2020). Kemampuan persepsi pasien dievaluasi setiap sesinya. Pelaksanaan TAK pada kasus harga diri rendah terdiri atas 2 sesi (Keliat & Akemat, 2016 dalam Wuryaningsih et al., 2020), yaitu sesi 1: Mengenal masalah harga diri rendah dan sesi 2: melatih hal positif pada diri.

Pada sesi 1 TAK, perawat memfasilitasi pasien untuk mengidentifikasi pengalaman tidak menyenangkan dan aspek positif pada diri pasien masing-masing, kemudian perawat mendorong pasien untuk mengungkapkannya dikelompok. Pada sesi 2 pasien diminta memilih salah satu kegiatan/kemampuan untuk diperagakan dalam proses TAK, kemudian semua pasien akan mempraktekkannya secara bergiliran.

## METODOLOGI

Penyusunan literature review ini menggunakan metode pencarian P (*patient, population, problem*), I (*intention, prognostic factor, exposure*), C (*comparison, control*) dan O (*outcome*) atau biasa disebut dengan PICO. PICO yang kami gunakan yaitu:

P : Pasien dengan HDR/HDRK  
I : Terapi aktivitas kelompok  
C : Sebelum dan sesudah intervensi  
O : Meningkatkan kemampuan konsep diri (harga diri) Pencarian artikel penelitian dilakukan melalui *website google scholar*

menggunakan kata kunci yang sesuai dengan PICO yang telah ditentukan. Berikut kriteria inklusi yang kami tentukan untuk pembuatan *literature review* ini, yaitu:

- Tahun terbit artikel penelitian yaitu 5 tahun terakhir (2015 - 2020).
- Desain penelitian yaitu studi deskriptif, naturalistik, *experiment*, dan *randomized controlled trial* (RCT).
- Artikel dalam bahasa Indonesia dan bahasa Inggris. Setelah mencari artikel dengan kata kunci yang

sesuai dengan PICO, dilakukan seleksi untuk menentukan artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi. Kemudian setelah dilakukan seleksi, ditentukan 10 artikel ilmiah yang akan dianalisis. Masing-masing anggota kelompok menganalisis 1 artikel. Analisis dan *review* artikel dilakukan dengan membuat tabel *review*. Tabel tersebut berisikan judul artikel, penulis dan tahun terbit artikel, tujuan penelitian, desain penelitian, lokasi penelitian, populasi penelitian, sampel penelitian, instrumen yang

digunakan, *follow up*, serta hasil penelitian. Setelah melakukan analisis dan *review* pada artikel, membuat pembahasan dari setiap intervensi yang dilakukan pada masing-masing artikel penelitian, kemudian mendiskusikan intervensi yang paling efektif untuk meningkatkan kemampuan konsep diri (harga diri). Dari pembahasan dan diskusi tersebut, kemudian dibuat kesimpulan dan saran dari hasil pembuatan *literature review* ini.

## HASIL

### *Result Study*

Berdasarkan *literatur* yang penulis temukan maka salah satu tindakan keperawatan pada klien dengan harga diri rendah selain secara individu dapat dilakukan secara berkelompok, yaitu dengan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK). Klien dengan harga diri rendah dilibatkan dalam TAK stimulasi untuk melatih klien menyadari kemampuan positif dan dapat mengoptimalkan kemampuannya (Wuryaningsih et al., 2020). Terapi aktivitas kelompok berdasarkan literatur dapat dilakukan dengan cara stimulasi persepsi, stimulasi sensoris, dan stimulasi kombinasi.

Dari 10 artikel, terdapat 4 artikel yang menjelaskan Terapi Aktivitas Kelompok stimulasi persepsi yang bertujuan agar klien dapat mempersepsikan stimulus yang dipaparkan kepadanya dengan tepat dan dapat menyelesaikan masalah yang timbul dari stimulus yang dialami (Keliat, 2011). Stimulus yang diberikan tersebut berupa bina hubungan saling percaya (BHSP) dengan klien, mengidentifikasi kemampuan dan aspek positif yang masih dimiliki

klien, mendiskusikan bahwa klien masih memiliki sejumlah kemampuan dan aspek positif (Tausikal et al, 2019), mengetahui hal positif diri, menghargai hal positif orang lain dan menentukan tujuan hidup yang realistis (Hadi, A. T., Azizah, L. M. R., & Triwibowo, 2019), bercerita tentang pengalaman positif yang dimiliki (Sawab, & Suerni, 2019), memotivasi proses berpikir dan afektif serta mengurangi perilaku maladaptive (Tarigan, 2017).

Cara lain dari terapi aktivitas kelompok ini adalah dengan stimulasi sensoris. Berdasarkan *literatur* penulis menemukan penelitian mengenai persepsi sensoris dengan menggambar mempengaruhi peningkatan harga diri (Aviani et al., 2015) stimulasi sensoris menggambar bisa meningkatkan harga diri dikarenakan manfaat dari terapi aktivitas kelompok menggambar dapat menghilangkan stress dan memungkinkan pasien untuk mengembangkan keterampilan coping.

Stimulasi lainnya yang dilakukan dalam Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) yaitu dengan stimulasi kombinasi, baik secara kognitif, perilaku dan suportif. Terapi kelompok kognitif dapat meningkatkan kepercayaan dalam mengatasi masalah dan penguasaan mental yang lebih baik (Kunikata, Yoshinaga, & Nakajima, 2016), meningkatkan harga diri, suasana hati, kognisi, kesejahteraan subjektif, gejala kejiwaan(Kunikata, Yoshinaga, &

Nakajima, 2016). Hasil penelitian (Widianti et al., 2017) menunjukkan evaluasi pelaksanaan kombinasi terapi dengan cara menggabungkan terapi kognitif, perilaku dan suportif dapat memberikan efek khususnya untuk lebih mengurangi penilaian terhadap stressor pada pasien dengan harga diri rendah kronis (tanda dan gejala), peningkatan kemampuan pasien dan peningkatan kemampuan keluarga.

N o	Judul penelitian dan tahun	Tujuan penelitian	Metode	lokasi	Populasi	Jumlah sampel, usia, dan tehnik pengambilan sampel	instru ment	Follow up	Hasil
1	Peningkatan Harga Diri Dengan Terapi Aktivitas Kelompok (Stimulasi Persepsi) di Ruang Sub Akut Laki RSKD Provinsi Maluku (2019)	Untuk menerangkan asuhan keperawatan jiwa pada Tn.Y dengan harga diri rendah dalam upaya meningkatkan harga diri dengan terapi aktivitas kelompok.	Deskriptif dengan studi kasus	Ruang sub akut laki RSKD provinsi Maluku	-	Tn.Y usia 23 tahun dengan harga diri rendah	Instrumen <i>rosenberg self-esteem scale</i>	Waktu penelitian dilakukan dari tanggal 14-21 Juni 2019	Hasil penelitian ini didapatkan bahwa sebelum dilakukan intervensi skor HDR Pasien 19 meningkat menjadi 24 yang diukur menggunakan kuisisioner Rosenberg Self Esteem Scale. Kesimpulan penelitian yaitu terapi Aktivitas Kelompok(Stimulasi Persepsi) dapat meningkatkan harga diri klien.
2	Pengaruh terapi aktivitas kelompok	Mengetahui pengaruh terapi aktivitas	Quasy - eksperimen	Rumah sakit jiwa dr. Amin	Populasi yang dipilih ada	Jumlah sampel penelitian 39 responden	Instrumen <i>rosenberg self-esteem scale</i>	Jangka waktu selama 2 minggu	Terapi aktivitas kelompok stimulasi sensori menggambar pada post

	stimulasi sensoris terhadap peningkatan harga diri pada pasien harga diridah di rsj dr. Amino gondoh utomo provinsi jawa tengah Cindy claudia avian, dwi heppy rochmawati, sawab. (2015)	kelompok stimulasi sensoris terhadap peningkatan harga diri pada pasien diridah di rsj dr. Amino gondoh utomo provinsi jawa tengah	gondoh orang provinsi jawa tengah	lah 39 orang					pertama yang mengalami harga diri normal sebanyak 15 orang (38,5%) dan yang masih mengalami harga diri rendah sebanyak 24 orang (61,5%). Sedangkan pada post kedua terjadi kenaikan yang mengalami harga diri normal sebanyak 37 orang (94,9%), dan yang tetap mengalami harga diri rendah hanya 2 orang (5,1%).
3	Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Persepsi Terhadap Konsep Diri Pada Klien Harga Diri Rendah Di Rumah Sakit Jiwa Provsu	Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh konsep diri klien harga diri rendah sebelum dan sesudah TAK stimulasi persepsi.	<i>Quasi eksperiment without control.</i>	Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Sumatera Utara Medan beralam di Jl. Letjend. Djamin Ginting Km	Populasi 36 orang	Sampel dalam penelitian ini adalah klien yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan sebanyak 589 orang	Menggunakan lembar kuesioner dengan uji statistik <i>paired sample t-test.</i>	Penelitian ini dilaksanakan mulai tanggal 21 Desember 2013 sampai 21 Januari 2014. Dengan melibatkan 36 klien harga diri rendah yang dirawat	Hasil penelitian ini harga rendah sesudah terapi aktivitas kelompok Stimulasi persepsi dilakukan kepada 36 responden, diperoleh sebanyak 33 orang (91.7%) memiliki konsep diri baik dan 3 orang

Tahun 2014 Tarigan, N. J. (2017)	10/Jl . Tali Air No.2 1 Medan	inap di RS Jiwa Provsu.	(8.3%) memiliki konsep diri rendah. Dari hasil uji statistic diperoleh nilai rata-rata (mean) konsep diri klien harga diri rendah sesudah TAKS persepsi adalah 18.78 terapi aktivitas kelompok stimulasi persepsi dapat memberikan dampak positif serta membantu klien meningkatkan perilaku adaptif dan mengurangi perilaku maladaptive terutama pada klien harga diri rendah. Konsep diri pada klien harga diri rendah sebelum dan sesudah terapi aktivitas kelompok stimulasi persepsi yaitu sig 0.253. hasil uji statistic menunjukkan bahwa nilai signifikan selama menjalani sebelum dan sesudah terapi aktivitas kelompok. Stimulasi persepsi dapat dilihat dari angka sig (2-tailed) p=0.000, $\alpha = 0.05$ . Sehingga $H_0$ ditolak artinya ada perbedaan yang signifikan antara konsep diri klien harga diri rendah
--	--	-------------------------------	--



									sebelum dan sesudah terapi aktivitas kelompok stimulasi persepsi.
4	PENGARUH STIMULASI PERSEPSI; BERCerita TENTANG PENGALAMAN POSITIF YANG DIMILIKI TERHADAP HARGA DIRI PADA PASIEN HARGA DIRI RENDAH di RSJD AMINO GONDOHUTOMO Provinsi Jawa Tengah.	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi aktifitas pasien kelompok stimulasi persepsi; bercerita tentang pengalaman positif yang dimiliki terhadap peningkatan harga diri pada pasien harga diri rendah di RSJD Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah.	Desain penelitian ini quasy eksperimen Rancangan penelitian ini menggunakan kelompok pretest posttest design	RSJD Dr. Amin Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah.	Populasi yang dilakukan dalam penelitian ini adalah semua pasien harga diri rendah yang dirawat di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah. Populasi dalam penelitian ini yaitu pasien harga diri rendah di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah sebanyak 36 orang	Jumlah sampel harga diri rendah dengan teknik purposive sampling	Instrumen yang digunakan adalah kuesioner harga diri bersumber dari "Rosenberg's Self-Esteem Scale".	Tidak dicantumkan	Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan terapi aktifitas kelompok stimulasi persepsi; bercerita tentang pengalaman positif yang dimiliki mempunyai skor nilai rata-rata 13,44 (harga diri rendah) dan sesudah diberikan terapi mempunyai skor nilai rata-rata 17,25 (harga diri tinggi). Ada pengaruh yang signifikan antara terapi aktifitas kelompok stimulasi persepsi; bercerita tentang pengalaman positif yang dimiliki terhadap peningkatan tingkat harga diri pada pasien harga diri rendah, dengan nilai p value 0,000 ( $\alpha < 0,05$ ).
5	Aplikasi	Peneliti	Desain	Rua	Popul	Jumlah	Instrum	Prakti	Hasil evaluasi

Terapi spesialis Keperawatan Jiwa Pada Pasien Skizofrenia Dengan Harga Diri Rendah Kronis Di	an ini bertujuan untuk menguraikan aplikasi terapi spesialis keperawatan jiwa terhadap pasien harga diri rendah kronis melalui pendekatan model stress	penelitian ini studi deskriptif kualitatif dengan pendekatan serial kasus melalui pemberian terapi dengan kombinasi yang berbeda	ng Arimbi RSMM Bogor	asi yang dilakukan dalam penelitian ini adalah pasien harga diri rendah kronis di ruang Arimbi sebanyak 38.	sample dengan diagnosis utama harga diri yang dikelola sebanyak 22 orang	en yang digunakan adalah Kombinasitujuh paket terapi	k residensi 3 pada tanggal 20 Februari - 20 April 2012.	pelaksanaan terapi menunjukkan bahwa paket terapi yang memberikan efek khususnya untuk lebih mengurangi penilaian terhadap stressor pada pasien dengan harga diri rendah kronis (tanda dan gejala), peningkatan kemampuan pasien dan peningkatan kemampuan keluarga adalah terapi yang merupakan gabungan antara terapi individu, terapi kelompok dan terapi keluarga (paket terapi 6 dan paket terapi 7). Hasil aplikasi terapi spesialis keperawatan jiwa ini menunjukkan adanya penurunan tanda dan gejala, peningkatan kemampuan pasien, serta peningkatan kemampuan keluarga dalam merawat pasien harga diri rendah kronis. Kombinasi terapi individu (terapi kognitif perilaku dan logoterapi), terapi kelompok (terapi suportif kelompok) dan terapi keluarga (psikoedukasi keluarga) mampu menurunkan gejala,
--	--	--	----------------------	---	--	--	---	---

									meningkatkan kemampuan pasien dan meningkatkan kemampuan keluarga dalam merawat pasien harga diri rendah kronis
6	Nurse-led cognitive-behavioral group therapy for recovery of self-esteem in patients with mental disorders: A pilot study  Kunikata, H., Yoshinaga, N., Shiraishi, Y., & Okada, Y. (2016).	Untuk merancang program yang menargetkan pemulihannya harga diri pada pasien dengan gangguan mental, dan untuk mengklarifikasi perubahan setelah program untuk menentukan efektivitasnya	desain satu kelompok pra dan pasca,	Jepang	Populasi yang dipilih adalah Pasien yang menderita gangguan mental dan tinggaldikomunitas wilayah Chugoku Jepang direkrut sebagai kandidat studi.	Jumlah sampel penelitian 41 orang responden teknik Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES), Profil Mood States (POMS), Inventory Well-Being Inventory (SUBI), dan Tes untuk Menentukan Karakteristik Ide sebagai ukuran subyektif dan Skala Penilaian Psikiatri Singkat (BPRS) sebagai ukuran objektif	Kuesioner	Berpartisipasi dalam studi partisipasi dalam studi Mei 2012 dan Januari 2014 Program, yang terdiri dari 12 sesi (Tabel 1), diberikan kepada lima atau enam peserta sesi sesuai dengan kebijakan program menggunakan bahan yang dibuat oleh penulis. Sesi dilakukan pada interval 2 minggu, dengan	Hasil penanganan kasus menunjukkan mengendalikan faktor-faktor pengobatan dan penggunaan layanan sosial, perbaikan diamati dalam semua ukuran Hasil: Setelah mengendalikan faktor-faktor pengobatan dan penggunaan layanan sosial, perbaikan diamati dalam semua ukuran evaluasi penulis didasarkan pada mengidentifikasi peningkatan pada pasca intervensi dan tindak lanjut. Skor untuk RSES, BPRS, kepercayaan dalam mengatasi, dan penguasaan mental yang tidak memadai pada pasca intervensi dan tindak lanjut secara signifikan lebih tinggi daripada yang pada awal dan efek manfaat ini dipertahankan 3 bulan setelah program

masing-masing berlangsung selama 2 jam. Program kelompok dipimpin oleh seorang fasilitator perawat. Perawat terkemuka (HK) memiliki pengalaman klinis psikiatrik selama 20 tahun dan pengalaman CBT selama 6 tahun tidak diterbitkan yang dikembangkan oleh penulis pertama (HK)

7	Effect of cognitive behavioral group therapy for recovery of self-esteem	tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji selama periode pasca-interven	Ini adalah uji coba terkontrol non-acak (non-randomized controlled trial)	di wilayah Chugoku Jepang	62 orang dengan penyakit yang ditanggalkan	41 orang ditugaskan untuk kelompok eksperimen (intervensi CBGTRS, 12 sesi	Indeks hasil (harga diri, suasana hati, kesejahteraan subjektif, gejala kejiwa	3 bulan setelah diberikan intervensi	Dari tren di dalam kelompok dan perbedaan di antara kelompok dalam harga diri, kami menyimpulkan bahwa CBGTRS mungkin memiliki
---	--	---	---	---------------------------	--	---	--	--------------------------------------	--

	on commu nity-li ving individ uals with mental illness: Non- rand omized controll ed trial penulis Hiroko Kunikat a, RN, PhD, Naoki Yoshina ga, RN, PhD and Kazuo Nakaji ma, MD (2018)	nsi 12- bulan apakah ticipati on par- individ u masyar akat yang hidup dengan penyak it mental dalam terapi kelomp ok perilak u kogniti f untuk pemuli han harga diri (CBGT RS) Mengh asilkan pening katanh asil	unit as- komu nitas di wilay ah Chug oku Jepa ng	kelompo k), dan 21 orang untuk kelompo k control, dengan usia lebih dari 20 tahun dan dibawah 65 tahun	an) diukur untuk kelomp ok eksperi men sebelu m interve nsi (T0), segera pasca interve nsi (T1), dan pada 3 (T2) dan 12 (T3) bulan pasca interve nsi. Kelomp ok kontrol diukur pada interval yang sama	efek jangka panjang yang relatif terhadap pemulihan harga diri. T2 adalah titik balik untuk suasana hati dan kognisi; oleh karena itu, tindak lanjut diperlukan 3 bulan setelah program awal.			
8	Transdi agnosti c group therapy for people with self- critic and low self esteem , based on compas sion focused therapy principl es.	bertuju an untuk menge mbang kan dan menguji protoko l perawa tan berdasa rkan prinsip CFT	studi natura listik, melap orkan data dasar yang dipero leh di klinik sebag ai prose dur rutin	-	Popul asi yang dipili h terdir i dari 102 pasie n deng an berb agai diagn osis psikis , diruj uk ke psikia ter	Jumlah sampel penelit ian 10 kelomp ok pasien terdiri 102 respon den	Instru ment Beck Depre ssion Invent ory (BDI), Beck Anxiet y Invent ory (BAI) dan Rosen berg Self- Estee m Scale (RSE).	Jangka waktu 2 bulan setelah sesi ming guan selama 2 jam terlewa ti	Pengobatan CFT Group secara signifikan mengurangi gejala depresi dan kecemasan peserta kelompok sambil meningkatkan harga diri. Tidak ada perbedaan hasil yang signifikan antara berbagai kategori diagnostik. Kesimpulan: Untuk kelompok pasien dengan masalah psikologis yang parah ini, terapi

	Journal of Compassionate Health Care Bodil Andersen* and Peter Hørslev Rasmussen (2017)				dalam praktik pribadi				kelompok yang berfokus pada belas kasihan berbasis protokol adalah pengobatan yang efektif terlepas dari diagnosis mereka
9	The effectiveness of cognitive-behavioral group therapy in anxiety and self-esteem in patients with multiple sclerosis  Zahra Robati, Hosseini Shareh (2018)	Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk menyelidiki efektivitas terapi kelompok kognitif pada kecemasan dan harga diri rendah	Desain pretest-posttest dan kelompok kontrol	Tidak dicantumkan	Populasi sebanyak 20 responden	Sampel pada penelitian ini sejumlah 20 pasien harga diri rendah	Instrumen penelitian, Beck Anxiety Inventory. Kuis ini dikembangkan oleh Beck dan Steer pada tahun 1990 untuk menilai tingkat kecemasan.	Kelompok eksperimen menerima terapi kelompok kognitif-perilaku selama 2 jam per minggu, tetapi kelompok kontrol tidak menerima pengobatan.	Hasil menunjukkan bahwa terapi kelompok kognitif-perilaku secara signifikan menyebabkan berkurangnya kecemasan (P <0,001) dan peningkatan harga diri secara keseluruhan (P <0,001), harga diri umum (P = 0,002), harga diri keluarga (P = 0,005) dan harga akademik-pekerjaan (P = 0,003) dibandingkan dengan kelompok kontrol. Tetapi tidak ada perbedaan signifikan yang diamati dalam skor harga diri sosial (P = 0,388). Terapi kelompok kognitif-perilaku dapat

									mengurangi kecemasan dan meningkatkan harga diri pasien multiple sclerosis.
10	PENGA RUH TERAPI AKTIVIT AS KELOMP OK STIMUL ASI PERSEPS I (TAKSP) TERHAD AP PENING KATAN HARGA DIRI LANJUT USIA DI UPTD PESANG GRAHA N PMKS MAJAPA HIT MOJOKE RT Anisa, T. H, Lilik, M. A, Heri. T (2019)	peneli tian ini adalah untuk menget ahui pengaru h terapi aktivita s kelomp ok stimulas i persepsi (TAKSP) terhada p peningk atan harga diri lanjut usia di UPTD Pesang graha n usia di UPTD Pesang graha n PMKS Majap ahit Mojok erto.	Pra Eksperi men dengan rancang an One Group Pre-Post Test Design	UPT D Pesa nggr ah an PMK S Maja pahi t Moj oker to	Pop ulas i lanjut usia yang tingga l di Pesan ggrah an PMKS Majap ahit Mojok erto berju mlah 36 orang ,	sampel yang digunaka n berjumla h 10 orang yang diambil dengan teknik purposive sampling	kuisio ner harga diri Rosenb erg yang disebar sebelum dan sesudah dilakuka n TAKSP.	-	Hasil penelitian ditemukan 90% lanjut usia meningkat harga dirinya setelah mengikuti TAKSP dan 10% harga dirinya tetap normal sebelum atau sesudah mengikuti TAKSP ini . Setelah semua data terkumpul dilakukan pengolahan data, kemudian diuji dengan uji statistik Wilcoxon sign test dengan bantuan SPSS 24.. Uji statistic menun jkan hasil asyp.sig (2- tailed) sebesar 0,008 < $\alpha$ 0,05 maka H <sub>0</sub> ditolak dan H <sub>1</sub> diterima, yang berarti ada pengaruh pemberian terapi aktivitas kelompok stimulasi persepsi (TAKSP) Terhadap harga diri lanjut usia di UPTD Pesanggrahan

---

PMKS  
Majapahit  
Mojokerto.  
5responden  
(50%) yang  
awalnya  
memiliki  
harga diri  
rendah menjadi  
normal. 4  
responden  
(40%) dari awal  
memang nilai  
harga dirinya  
sudah  
normal, namun  
setelah  
mengikuti  
TAKSP nilai  
harga dirinya  
semakin  
meningkat.  
Sedangkan  
1responden  
(10%) tidak  
mengalami  
perubahan nilai,  
namun harga  
dirinya tetap  
normal. TAKSP  
membuat lanjut  
usia lebih  
menerima  
dirinya serta  
lebih berfikir  
positif tentang  
dirinya,  
sehingga  
kepercayaan diri  
dan harga diri  
semakin  
meningkat

---

## PEMBAHASAN

Literature review ini membahas mengenai cara tindakan keperawatan pada klien dengan harga diri rendah selain secara berkelompok dengan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK). Hasil diskusi kelompok dari TAK ini dapat berupa kesepakatan persepsi atau alternatif penyelesaian masalah (Kelliat, B.A. & Pawirowiyono, 2015), pasien belajar untuk meningkatkan harga dirinya dengan menggali kemampuan

positif individu, dan membantu anggotanya berhubungan satu dengan yang lain serta mengubah perilaku yang destruktif dan maladaptive. Penelitian (Tuasikal, H., Siauta, M., & Embuai, 2019) mengungkapkan bahwa upaya peningkatan harga diri rendah dengan Terapi Aktivitas Kelompok dalam penelitiannya mengacu pada intervensi keperawatan 2 strategi pelaksanaan yaitu Bina Hubungan Saling Percaya (BHSP) dan



identifikasi kemampuan dan aspek positif yang masih dimiliki klien. Hasil penelitian ini menunjukkan tercapainya kriteria intervensi yang diharapkan, yaitu meningkatnya harga diri yang dirasakan klien dari harga diri rendah (skor 19) ke harga diri sedang (skor 24) dengan diri pada klien harga diri rendah sebelum dan sesudah Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Sensori  $p = 0.000 < \alpha = 0.05$ . Hasil penelitian Herman et al (2016) ada pengaruh yang signifikan antara terapi aktivitas kelompok stimulasi persepsi; bercerita tentang pengalaman positif yang dimiliki terhadap peningkatan tingkat harga diri pada pasien harga diri rendah. Hasil penelitian Anisa (2019) melalui Terapi Aktivitas Kelompok stimulasi persepsi klien dapat mengetahui hal positif yang dimiliki dan yang dimiliki orang lain serta lebih realistis dalam menetapkan tujuan hidupnya. Hasil penelitian-penelitian tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahab (2014) yang bukan hanya menerima ide dari yang lainnya. Terapi aktivitas kelompok stimulasi persepsi ini untuk mengubah pikiran yang negatif menjadi positif, meminta klien agar selalu menerima kenyataan setelah selesai melakukan pendekatan, serta diberi pujian atas apa yg telah dilakukan oleh klien. TAK ini memiliki tujuan untuk menerima dirinya sendiri dengan penuh kepercayaan, menghargai dirinya dan menilai positif diri sendiri (Azizah, Zainuri, & Akbar, 2016). Selain stimulus persepsi Terapi Aktivitas Kelompok stimulasi sensoris juga menjadi salah satu pilihan aktivitas dalam terapi. Stimulasi sensoris adalah upaya menstimulasi semua panca indra

menggunakan *Resonberg Self Esteem Scale* serta proses pemberian intervensi lancar sehingga tujuan pun tercapai. Penelitian Tarigan (2017) mengatakan bahwa motivasi proses berpikir dalam TAK menghasilkan perbedaan yang signifikan konsep menyatakan bahwa ada pengaruh pemberian terapi aktivitas kelompok stimulasi persepsi terhadap peningkatan harga diri dan motivasi klien.

Terapi aktivitas kelompok stimulasi persepsi mampu memberi pengaruh kuat dan memberi perasaan memiliki dan menerima sehingga menjadi kekuatan dalam kehidupan seseorang. Terjadinya interaksi yang diharapkan dalam aktivitas kelompok dapat memberikan dampak yang bermanfaat bagi komponen yang terlibat. Kusumawati (2011) mengemukakan bahwa klien dapat menanamkan harapan, karena anggota memberikan dukungan satu sama lain dan menyumbangkan ide mereka, (sensoris) agar memberi respons yang adekuat. Aktivitas stimulasi sensoris dapat berupa stimulus terhadap penglihatan, pendengaran dan lain-lain, seperti gambar, video, tarian dan nyanyian. Claudia (2015) mengungkapkan bahwa terdapat pengaruh terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris menggambar terhadap peningkatan harga diri. Harga diri responden sebelum dilakukan terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris menggambar sebanyak 39 responden yang masih mengalami harga diri rendah. Harga diri responden setelah dilakukan terapi aktivitas kelompok stimulasi sensoris menggambar pada post pertama terjadi kenaikan jumlah responden dengan harga

diri normal sebanyak 15 orang dan yang mengalami harga diri rendah 24 orang, dan post kedua terjadi peningkatan jumlah responden dengan harga diri normal sebanyak 37 orang, dan sisanya masih mengalami harga diri rendah sebanyak 2 orang. Menurut (Setyoadi & Kushariyadi., 2011) stimulasi sensori menggambar bisa meningkatkan harga diri dikarenakan manfaat dari terapi aktivitas kelompok menggambar dapat menghilangkan stress dan memungkinkan pasien untuk mengembangkan keterampilan koping.

Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) dengan stimulasi yang lain yaitu dengan terapi stimulasi kombinasi, baik secara kognitif, perilaku dan suportif. Terapi kelompok kognitif dapat meningkatkan kepercayaan dalam mengatasi masalah dan penguasaan mental yang lebih baik (Kunikata, Yoshinaga, Shiraishi, et al., 2016), meningkatkan harga diri, suasana hati, kognisi, kesejahteraan subjektif, gejala kejiwaan (Kunikata et al, 2018). Terapi kognitif perilaku dapat diterapkan pada pasien dengan masalah depresi dan masalah psikiatrik lainnya seperti panik, pengontrolan marah, penggunaan obat-obatan, harga diri rendah, resiko bunuh diri serta ketidakberdayaan. Selain itu terapi ini juga efektif pada gangguan makan, dan gangguan kepribadian (Beck et al, 2015 ). Perubahan respon terhadap stressor pada pasien harga diri rendah kronis yang dilakukan terapi aktivitas sebagian besar memberikan respon baik respon kognitif, afektif, fisiologis dan perilaku menjadi berkurang atau

menurun dan terjadi peningkatan kemampuan klien dalam melawan pikiran negatif dan mengelola kemampuan positif yang dimiliki. (Widianti et al, 2017).

Dari 10 artikel yang penulis temukan, Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) stimulasi persepsi, sensori maupun kombinasi dapat memberikan dampak positif serta membantu klien meningkatkan perilaku adaptif dan mengurangi perilaku maladaptive terutama pada klien harga diri rendah. Konsep diri pada klien harga diri rendah sebelum dan sesudah Terapi Aktivitas Kelompok memberikan hasil yang signifikan. Terapi aktivitas kelompok (TAK) meningkatkan tingkat harga diri, memberikan efek khususnya untuk lebih mengurangi penilaian terhadap stressor pada pasien dengan harga diri rendah kronis (tanda dan gejala), peningkatan kemampuan klien, mengendalikan faktor-faktor pengobatan dan penggunaan layanan sosial, kepercayaan dalam mengatasi masalah, dan penguasaan mental, serta pemulihan harga diri.

## KESIMPULAN

Berdasarkan beberapa jurnal yang telah didapat dan telah dianalisis dapat disimpulkan bahwa kegiatan terapi aktivitas kelompok ini dapat meningkatkan harga diri pada pasien dengan harga diri rendah.

## Saran

Saran untuk Peneliti selanjutnya adalah untuk meneliti tentang intervensi keperawatan lain untuk meningkatkan harga diri

## DAFTAR PUSTAKA

- Andersen, B., & Rasmussen, P. H. (2017). . Journal Of Compassionate Health Care, 4(1), 1-11.
- Aviani, C. C., Rochmawati, D. H., & Sawab. (2015). Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Sensori Menggambar Terhadap Peningkatan Harga Diri Pada Pasien Harga Diri Rendah Di Rsj Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan (Jikk)*, 1(1), 2. [Http://ejournal.stikestelogorejo.ac.id/index.php/ilmukeperawatan/article/viewfile/425/425](http://ejournal.stikestelogorejo.ac.id/index.php/ilmukeperawatan/article/viewfile/425/425)
- Dermawan, D., R. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Salemba Medika.
- Hadi, A. T., Azizah, L. M. R., & Triwibowo, H. (2019). *Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Persepsi (Taksp) Terhadap Peningkatan Harga Diri Lanjut Usia Di Uptd Pesanggrahan Pmks Majapahit Mojokerto*.
- Kaplan, H.I., Sadock, B. J. (2010). *Retardasi Mental Dalam Sinopsis Psikiatri*. Binarupa Aksara.
- Kelliat, B.A. & Pawirowiyono, A. (2015). *Keperawatan Jiwa Terapi Aktivitas Kelompok* (2 (Ed.)). Egc.
- Kunikata, H., Yoshinaga, N., & Nakajima, K. (2016). Effect Of Cognitive Behavioral Group Therapy For Recovery Of Self-Esteem On Community-Living Individuals With Mental Illness: Non-Randomized Controlled Trial. *Psychiatry And Clinical Neurosciences*, 70(10), 457-468. <https://doi.org/10.1111/pcn.12418>
- Kunikata, H., Yoshinaga, N., Shiraishi, Y., & Okada, Y. (2016). Nurse-Led Cognitive-Behavioral Group Therapy For Recovery Of Self-Esteem In Patients With Mental Disorders: A Pilot Study. *Japan Journal Of Nursing Science*, 13(3), 355-364. <https://doi.org/10.1111/jjns.12114>
- Kusuma, N. A. H. & H. (2015). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnose Medis Dan Nanda Nic-Noc* (2nd Ed.). Medication Publication.
- Muhith, A. (2015). *Pendidikan Keperawatan Jiwa Teori Dan Aplikasi* (1st Ed.). Andi.
- Ri., D. (2019). *Riset Kesehatan Dasar 2018*.
- Robati, Z., & Shareh, H. (2018). The Effectiveness Of Cognitive-Behavioral Group Therapy In Anxiety And Self-Esteem In Patients With Multiple Sclerosis. *Journal Of Fundamentals Of Mental Health*, 20(6).
- Sawab, & Suerni, T. (2019). Pengaruh Tak Stimulasi Persepsi: Bercerita Tentang Pengalaman Positif Yang Dimiliki Terhadap Harga Diri Pada Pasien Harga Diri Rendah Di Rsjd Dr. Amino Gondohutomo. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan Stikes Telogorejo*, 5, 1-12.
- Setyoadi & Kushariyadi. (2011). *Terapi Modalitas Keperawatan Pada Klien Psikogeriatrik*. Salemba Medika.
- Tarigan, N. J. (2017). Pengaruh Terapi Aktivitas Kelompok Stimulasi Persepsi Terhadap Konsep Diri Pada Klien Harga Diri Rendah Di Rumah Sakit Jiwa Provsu. *Jurnal Ilmiah*

- Binalita Sudama Medan*, 2(1), 69-81.
- Tuasikal, H., Siauta, M., & Embuai, S. (2019). Upaya Peningkatan Harga Diri Rendah Dengan Terapi Aktivitas Kelompok (Stimulasi Persepsi) Di Ruang Asoka (Sub Akut Laki) Rskd Provinsi Maluku. *Window Of Health: Jurnal Kesehatan*, 345-351.
- Who. (2016). *Improving Health System And Service For Mental Health*.
- Widianti, E., Keliat, B. A., & Wardhani, I. Y. (2017). Aplikasi Terapi Spesialis Keperawatan Jiwa Pada Pasien Skizofrenia Dengan Harga Diri Rendah Kronis Di Rsmm Jawa Barat. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 3(1), 83. <https://doi.org/10.17509/Jpki.V3i1.7489>
- Wuryaningsih, E. W., Windarwati, H. O., Dewi, E. Ikhtiarini, Deviantory, F., & Hadi, E. (N.D.). *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa* (1st Ed.). Upt Percetakan & Penerbitan, Universitas Jember.
- Yosep, I. (2010). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Refika Aditama.