



## **PENGARUH PENERAPAN TERAPI TOKEN EKONOMI PADA ASUHAN KEPERAWATAN PASIEN HARGA DIRI RENDAH**

**Nailis Sangadah Fiddaraini<sup>1</sup>, Keksi Girindra Swasti<sup>2</sup>, Wahyu Ekowati<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Keperawatan Program Profesi Ners, Universitas Jenderal Soedirman

<sup>2</sup>Jurusan Keperawatan, Universitas Jenderal Soedirman

Corresponding author : [nailis19.ns@gmail.com](mailto:nailis19.ns@gmail.com)

### **Abstrak**

*Pasien yang mengalami harga diri rendah merasa bahwa dirinya tidak berdaya, putus asa, tidak berguna, tidak berharga, menurunnya aktivitas, kurang sosialisasi dan menarik diri. Tindakan keperawatan untuk mengatasi harga diri yaitu dengan melatih kemampuan positif yang dimiliki. Salah satu terapi yang dapat dikombinasikan dengan intervensi keperawatan pasien harga diri rendah adalah token ekonomi. Tujuan penelitian ini yaitu menganalisis pengaruh penerapan terapi token ekonomi pada asuhan keperawatan dengan pasien harga diri rendah. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan menerapkan implementasi evidence based practice pada asuhan keperawatan. Hasil dari penerapan evidence based practice yaitu adanya peningkatan kemampuan positif pada pasien harga diri rendah setelah diberikan asuhan keperawatan yang dikombinasikan dengan terapi token ekonomi. Kemampuan positif yang meningkat pada pasien antara lain menyapu, mengepel, mencuci piring, mencuci baju, menggambar, membantu orangtua di sawah, memberi makan ayam dan ikan. Kesimpulannya, asuhan keperawatan pada pasien harga diri rendah yang dikombinasikan dengan terapi token ekonomi mampu memperkuat hasil dari intervensi yang diterapkan dalam melatih kemampuan positif yang dimiliki pasien.*

**Kata kunci :** Asuhan keperawatan, harga diri rendah, terapi token ekonomi

### **Abstract**

*Patients who experience low self-esteem feel that they are helpless, hopeless, useless, worthless, decreased activity, lack of socialization and withdrawn. Nursing actions to overcome self-esteem is by practicing the positive abilities they have. One of the therapies that can be combined with nursing interventions for patients with low self-esteem is token economy. The purpose of this study is to analyze the effect of implementing token economy therapy on nursing care for patients with low self-esteem. The method used is a case study involving the implementation of evidence-based practice in nursing care. The result of applying evidence-based practice is that there is an increase in positive abilities in patients with low self-esteem*

after being given nursing care combined with economic token therapy. Positive abilities that increase in patients include sweeping, mopping, washing dishes, washing clothes, drawing, helping parents in the fields, and feeding chickens and fish. In conclusion, nursing care for patients with low self-esteem combined with "token economy" therapy can strengthen the results of the interventions applied in training the patient's positive abilities.

*Keywords: nursing care, low self-esteem, token economy technique.*

## **1. LATAR BELAKANG**

Skizofrenia merupakan sekumpulan sindroma klinik yang ditandai adanya perubahan kognitif, emosi, persepsi dan aspek lain dari perilaku (Direja et al. 2022). Menurut *World Health Organization* (WHO) (2022), prevalensi skizofrenia di dunia yaitu 24 juta orang. Sedangkan di Indonesia penderita skizofrenia pada tahun 2018 menurut hasil laporan nasional Riskesdas berjumlah 282.654 orang (Kemenkes RI 2019). Berdasarkan data dari Puskesmas Baturraden II didapatkan 12 orang dari Desa Kemutug Kidul mengalami skizofrenia (Puskesmas Baturraden II 2022).

Salah satu gejala dari skizofrenia adalah harga diri rendah. Pasien dengan harga diri rendah merasa bahwa dirinya tidak berguna dan tidak mampu melakukan sesuatu. Tindakan keperawatan yang dapat dilakukan untuk mengatasi harga diri rendah adalah dengan cara melatih kemampuan positif yang dimiliki pasien, sehingga pasien mampu merasa dirinya berguna dan menjadi individu yang lebih baik. Kemampuan positif merupakan aspek positif yang dimiliki individu untuk mengidentifikasi kemampuan yang ada dalam dirinya, dimana pasien mampu memilih kegiatan sesuai dengan kemampuannya (Atmojo & Purbaningrum 2021). Menurut Daryanto & Khairani (2020) memberikan penghargaan atau *reinforcement* pada pasien dengan harga diri rendah dapat meningkatkan perasaan berharga, yang akan membuat pasien lebih percaya diri dan merasa hidupnya berarti. Salah satu cara dalam memberikan *reinforcement* pada pasien dengan harga diri rendah yaitu dengan terapi token ekonomi. Token ekonomi merupakan metode untuk mengubah perilaku individu dengan memberikan imbalan atas perilaku yang baik dan dikehendaki apabila individu tersebut melakukannya (Mintarsih 2021). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Syahdiba et al. (2021) pemberian token ekonomi pada pasien gangguan jiwa dalam perawatan diri mampu meningkatkan kemampuan pasien menjadi lebih mandiri, dimana sebelumnya pasien memerlukan bantuan orang lain. Pasien lebih termotivasi dengan adanya pemberian token untuk setiap kegiatan positif yang dilakukan.

Hasil studi pendahuluan di Desa Kemutug Kidul, penulis mendapatkan kasus dengan pasien gangguan jiwa yang mengalami masalah harga diri rendah. Tanda dan gejala yang muncul pada pasien ini yaitu pasien merasa tidak berguna, malu dan merasa tidak mampu melakukan sesuatu. Pasien dalam kondisi stabil dan masih mengkonsumsi obat-obatan yang didapatkan dari rumah sakit. Berdasarkan tanda dan gejala yang muncul pada pasien, maka penulis memilih terapi token ekonomi, dimana terapi ini mampu meningkatkan rasa percaya diri pada pasien dengan harga diri rendah. Selain itu pasien juga belum pernah mendapatkan terapi token ekonomi, sehingga diperlukan oleh pasien untuk mendapatkan terapi ini guna meningkatkan rasa percaya diri. Berdasarkan uraian tersebut, maka penulis tertarik untuk menerapkan terapi token ekonomi pada asuhan keperawatan dengan pasien harga diri rendah.

## **2. OBJEKTIF**

Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis pengaruh penerapan terapi token ekonomi pada asuhan keperawatan pasien harga diri rendah.

## **3. METODE PELAKSANAAN**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus dengan penerapan *Evidence Based Practice* (EBP). Pelaksanaannya yaitu menggunakan asuhan keperawatan pada pasien dengan gangguan jiwa yang dikombinasikan dengan terapi token ekonomi. Rencana keperawatan pada Sdr. M dengan memberikan intervensi keperawatan yaitu Strategi Pelaksanaan (SP) pada pasien dengan harga diri rendah meliputi sesi I yaitu menggali aspek positif yang dimiliki pasien, menilai kemampuan positif yang masih bisa digunakan, menentukan kemampuan yang akan dilatih dan memasukkan ke dalam jadwal kegiatan harian. Sedangkan sesi II kegiatan yang dilakukan yaitu mengevaluasi jadwal kegiatan harian dan melatih kemampuan positif. Pelaksanaan kegiatan implementasi terapi token ekonomi dilakukan selama 4 kali pertemuan. Rencana keperawatan juga akan dilakukan dengan berkolaborasi bersama keluarga pasien untuk memantau perubahan perilaku yang dilakukan pasien.

## **4. HASIL DAN DISKUSI**

Penelitian ini dimulai dengan melakukan pengkajian kepada pasien. Data yang ditemukan dari hasil pengkajian adalah pasien bernama Sdr. M berusia 26 tahun, jenis kelamin laki-laki, pendidikan terakhir adalah SMK dan beragama Islam. Pasien tinggal di Desa

Kemutug Kidul, belum menikah dan sudah tidak bekerja. Pasien pernah dirawat di RSUD Banyumas sebanyak 2 kali pada tahun 2018. Pasien mengalami masa lalu yang tidak menyenangkan pada tahun 2017 saat bekerja di Jakarta. Pasien juga ditinggal menikah oleh pacarnya pada tahun 2018. Pasien merasa malu karena tidak bekerja dan belum menikah, merasa tidak berguna, tidak mampu melakukan apapun dan ingin dihargai orang lain. Pasien saat ini masih mendapatkan terapi medis CPZ (*Chlorpromazine*) 2x25 mg, *Risperidone* 2x2 mg dan *Trihexyphenidyl* 1x2 mg. Berdasarkan hasil pengkajian, maka diagnosa yang muncul adalah konsep diri : harga diri rendah.

Sebelum melakukan terapi token ekonomi, peneliti bersama pasien dan keluarga menentukan token yang digunakan. Bentuk token yang digunakan dalam terapi ini yaitu hasil dari pasien memilih antara token dengan bentuk kelereng atau koin kertas bergambar. Kemudian untuk bentuk hadiah yang akan diberikan kepada pasien juga dilakukan dengan mendiskusikan bersama pasien dan keluarga. Menurut Jati & Nurhasanah (2020), token ekonomi merupakan salah satu terapi pembentukan dan perubahan perilaku dengan cara memberikan token atau kepingan sesegera mungkin setelah melakukan perilaku yang diharapkan. Token dapat ditukarkan dengan hadiah setelah individu mengumpulkan jumlah token yang telah ditentukan (Mintarsih 2021). Bentuk token yang digunakan adalah token yang mudah dihitung, sulit dipalsukan dan aman digunakan, seperti stiker, *tally poin* atau uang mainan (Fahrudin 2012).

Perilaku Sdr. M sebelum dilakukan intervensi keperawatan pasien harga diri rendah yang dikombinasikan dengan token ekonomi yaitu hanya duduk di dalam rumah, menyendiri dalam kamar dan banyak melamun. Sdr. M juga menilai diri secara negatif meliputi perasaan malu, tidak berguna, dan tidak mampu melakukan apapun. Sedangkan setelah dilakukan intervensi dengan mengkombinasikan token ekonomi, terdapat peningkatan kemampuan positif pada Sdr. M seperti memberi makan ayam, ikan, menyapu, mengepel, mencuci piring, mencuci baju, menggambar dan membantu orangtua disawah. Berikut hasil kemampuan positif yang dimiliki pasien yang dilakukan selama satu minggu dengan mengkombinasikan terapi token ekonomi :

Tabel 1. Hasil kemampuan positif pasien

No.	Kemampuan Positif	Hari/Tanggal						
		Sabtu 19 Nov 2022	Minggu 20 Nov 2022	Senin 21 Nov 2022	Selasa 22 Nov 2022	Rabu 23 Nov 2022	Kamis 24 Nov 2022	Jum'at, 25 Nov 2022

1.	Memberi makan ayam	M	M	M	M	M	M	M
2.	Memberi makan ikan	M		M	M	M	M	M
3.	Menyapu lantai rumah		M	M	M	M	M	M
4.	Mengepel lantai rumah			M			M	
5.	Mencuci piring		M	M		M		M
6.	Mencuci baju		M		M	M	M	M
7.	Menggambar	M		M	M	M		M
8.	Membantu orangtua di sawah		D					
Jumlah		3	5	6	5	6	5	6

Keterangan :

M = Mandiri

D = Dibantu

Selama satu minggu melaksanakan terapi token ekonomi, koin yang didapatkan pada hari pertama yaitu 3 koin sedangkan pada hari ketujuh yaitu 6 koin. Selama satu minggu Sdr. M berhasil mengumpulkan 36 koin, sehingga pasien dapat menukarkan 10 koin sebanyak 3 kali yang ditukarkan dengan hadiah berupa makanan yang disukai pasien yaitu kacang asin, roti isi coklat dan sayur daun pepaya. Kemudian pada hari Minggu, Selasa dan Rabu, pasien melakukan kemampuan positif tanpa kedatangan penulis namun dengan dipantau oleh keluarga. Selama penulis tidak melakukan kunjungan kepada pasien, pasien tetap melakukan kemampuan positif tersebut. Setelah pasien melakukan kemampuan positif yang dimiliki, pasien mengatakan bahwa sekarang rasa malu pada dirinya berkurang karena pasien merasa lebih berguna, dapat membantu keluarganya dalam melakukan hal-hal kecil sesuai dengan kemampuan positif yang dimilikinya, dan adanya kontak mata ketika berbicara.

Berdasarkan hasil dari penelitian ini, peningkatan kemampuan positif mampu meningkatkan rasa percaya diri pada pasien. Hal ini sejalan dengan penelitian Mintarsih (2021) bahwa terapi token ekonomi dapat meningkatkan kemampuan pasien dalam merawat diri secara teratur. Hal ini juga didukung oleh Atmojo & Purbaningrum (2021) bahwa untuk meningkatkan rasa percaya diri pada pasien dengan harga diri rendah dilakukan dengan cara melatih kemampuan positif yang dimiliki pasien. Melatih kemampuan positif pada pasien dengan harga diri rendah dapat dikombinasikan dengan terapi token ekonomi untuk memperkuat hasil dari intervensi.

Menurut Maggouritsa, Kokaridas & Bonotis (2021) terapi token ekonomi mampu meningkatkan kemampuan pasien karena terapi ini berfokus pada sesuatu yang dapat memotivasi pasien untuk melakukan kemampuan positif. Pemberian token pada terapi ini digunakan sebagai bentuk penguatan dari perilaku positif yang muncul. Hal tersebut juga

didukung oleh penelitian Martini & Watiningsih (2019) bahwa terapi token ekonomi dilakukan dengan memberikan *reinforcement* memiliki pengaruh terhadap peningkatan personal hygiene pada pasien defisit perawatan diri. *Reinforcement* merupakan salah satu teori motivasi yang bertujuan agar terjadinya pengulangan terhadap tingkah laku yang diberi penguatan (Romdhoni 2021). Menurut Nasution, Daulay & Wahyuni (2021) token ekonomi yang diberikan dapat memotivasi pasien untuk melakukan perawatan diri dan meningkatkan perasaan bahagia. Perasaan bahagia muncul karena pasien mendapatkan token atau *reward* setelah melakukan perilaku positif. Semakin banyak token yang didapatkan maka pasien semakin bangga terhadap dirinya yang dapat menimbulkan rasa percaya diri. Hal tersebut sesuai dengan hasil dari penerapan terapi token ekonomi pada Sdr. M bahwa Sdr. M merasa senang setelah mendapatkan token dan mendapatkan hadiah, sehingga muncul rasa percaya diri pada pasien.

Pelaksanaan intervensi juga dilakukan oleh penulis dengan berkolaborasi bersama keluarga pasien untuk memberikan motivasi serta dukungan pada pasien dalam melakukan kemampuan positif yang dimiliki. Keluarga merupakan lingkungan terdekat pasien yang merupakan *support* utama dalam penyembuhan dan pemulihan pasien gangguan jiwa. Menurut Suhermi (2019) dukungan keluarga pada pasien gangguan jiwa sangat diperlukan dalam memotivasi selama perawatan dan pengobatan. Dukungan keluarga yang baik pada pasien jiwa membuat pasien merasa diperhatikan, dihargai dan disayangi (Faturrahman, Putri & Fradianto 2021).

## **5. KESIMPULAN**

Setelah dilakukan intervensi keperawatan pasien harga diri rendah dengan mengkombinasikan terapi token ekonomi selama satu minggu didapatkan hasil bahwa terdapat peningkatan kemampuan positif pada pasien. Adanya peningkatan kemampuan positif pada pasien mampu meningkatkan rasa percaya diri, karena penerapan terapi token ekonomi mampu memperkuat hasil penerapan intervensi yang dilakukan. Meningkatnya motivasi pasien untuk melakukan kemampuan positif yang dimilikinya dikarenakan adanya pemberian *reward* pada pasien segera setelah melakukan kemampuan positif. Pemberian *reward* dapat memberikan perasaan bahagia dan bangga terhadap dirinya sehingga mampu meningkatkan rasa percaya diri.

## 6. REFERENSI

- Atmojo, B.S.R. & Purbaningrum, M.A. 2021, 'Literature Review : Penerapan Latihan Kemampuan Positif Terhadap Peningkatan Harga Diri Rendah pada Klien yang Mengalami Skizofrenia', *Nursing Science Journal (NSJ)*, vol. 2, no. 1, pp. 55–62.
- Daryanto & Khairani, W. 2020, 'Daya Tilik Diri ( Self Insight ), Harga Diri ( Self Esteem ) dan Stigma Diri ( Self Stigma ) Serta Kualitas Hidup Pasien Skizofrenia di Klinik Jiwa RS Jiwa Daerah Jambi', *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, vol. 20, no. 1, pp. 217–24.
- Direja, A.H.S., Juksen, L., Herdiani, T.N. & Sari, Y.N. 2022, 'Hubungan Harga Diri dengan Isolasi Sosial pada Pasien Skizofrenia di Rumah Sakit Khusus Jiwa Soeprapto Provinsi Bengkulu', *Journal of Borneo Holistic Health*, vol. 5, no. 1, pp. 57–64.
- Fahrudin, A. 2012, 'Teknik Ekonomi Token dalam Pengubahan Perilaku Klien (Token Economy Technique in the Modification of Client Behavior)', *Jurnal Informasi*, vol. 17, no. 03, pp. 139–43.
- Faturrahman, W., Putri, T.H. & Fradianto, I. 2021, 'Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kepatuhan Minum Obat pada Pasien Gangguan Jiwa Skizofrenia : Literature Review', *Tanjungpura Journal of Nursing Practice and Education*, vol. 3, no. 2, pp. 51–61.
- Jati, S.N. & Nurhasanah 2020, 'Modifikasi Perilaku Token Economy Terhadap Peningkatan Perilaku Asertif Pada Mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Pontianak', *Eksistensi*, vol. 2, no. 1, pp. 10–8.
- Kemendes RI 2019, *Laporan Nasional Riskesdas 2018*, Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB).
- Maggouritsa, G., Kokaridas, D. & Bonotis, K. 2021, 'Token Economy Approach and Physical Activity: a Short Report for Patients with Schizophrenia', *European Journal of Physical Education and Sport Science*, vol. 6, no. 11, pp. 29–37.
- Martini, M. & Watiningsih, A.P. 2019, 'Pengaruh Pemberian Terapi Token Ekonomi Terhadap Peningkatan Personal Hygiene pada Pasien dengan Defisit Perawatan Diri di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Bali', *Jurnal Kesehatan Midwinerslion*, vol. 4, no. 1, pp. 58–63.
- Mintarsih, R.A. 2021, 'Pengaruh Token Ekonomi untuk Meningkatkan Kemampuan Rawat Diri pada Individu dengan Gangguan Skizoafektif', *Procedia : Studi Kasus dan Intervensi Psikologi*, vol. 9, no. 4, pp. 145–51.

- Nasution, M.L., Daulay, W. & Wahyuni, S.E. 2021, 'Implementation of Behavioral Therapy ( Economic Token ) on the Ability of People with Mental Disorders in Fulfilling Self-Cleaning ( Personal Hygiene ) in Medan Sunggal Subdistrict', *Journal of Medical Sciences*, vol. 9, pp. 84–6.
- Puskesmas Baturraden II 2022, *Kasus Kesehatan Jiwa*.
- Romdhoni, M.W. 2021, 'Positive Reinforcement pada Penderita Skizofrenia : Studi Kasus di Balai Rehabilitasi Sosial Bina Karya dan Laras (BRSBKL)', *Jambura Guidance and Counseling Journal*, vol. 2, no. 1, pp. 23–35.
- Suhermi 2019, 'Dukungan Keluarga dalam Proses Pemulihan Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ)', *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikesi*, vol. 10, no. 2, pp. 109–11.
- Syahdiba, S.Y., Yanti, S., Malfasari, E., Azhar, B., Nelma, U. & Akbar, A. 2021, 'Application of Economy Token to Self-Care of Mental Illness Patients', *Indonesian Journal of Global Health Research*, vol. 3, no. 3, pp. 333–40.
- World Health Organization (WHO) 2022, 'Schizophrenia', *WHO Library*, viewed 21 November 2022, <<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/schizophrenia>>.