



## **Asuhan Keperawatan Klien Harga Diri Rendah Dengan Terapi Okupasi Berkebun**

**Siwi Kurniasari<sup>1</sup>, Wahyu Ekowati<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman

Corresponding author : [siwi.kurniasari99@gmail.com](mailto:siwi.kurniasari99@gmail.com)

### **Abstrak**

*Harga diri rendah di gambarkan sebagai perasaan negatif terhadap diri sendiri termasuk hilangnya rasa percaya diri dan harga diri. Tanda dan gejala harga diri rendah diantaranya yaitu muncul perasaan bingung, putus asa, tidak berdaya, tidak berharga dan tidak berguna, merasa kurang diperhatikan, menurunnya memori dalam jangka waktu panjang atau pendek, menurunnya kemampuan, menarik diri dan kurang melakukan sosialisasi. Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kemampuan untuk melakukan kegiatan pada pasien yang mengalami harga diri rendah salah satunya adalah dengan terapi okupasi berkebun. Tujuannya melakukan studi kasus penerapan terapi okupasi berkebun pada klien harga diri rendah. Metode penelitian ini yaitu Studi kasus dengan menerapkan implementasi evidence based practice pada asuhan keperawatan. Hasil dari studi kasus adalah pemberian intervensi terapi okupasi berkebun yang berdampak pada meningkatnya kemampuan positif dan peningkatan harga diri klien. Peningkatan kemampuan berkebun klien didapatkan hasil awal sebelum tindakan yaitu skor 4, setelah tindakan menjadi skor 9. Kemudian peningkatan harga diri diukur menggunakan kuesioner Rosenberg diperoleh dari skor sebelum dilakukan tindakan okupasi 19, skor akhir setelah tindakan okupasi menjadi 24.*

**Kata kunci :** harga diri rendah, terapi okupasi berkebun

### **Abstract**

*Low self-esteem is characterized by negative perceptions of oneself, including a loss of confidence and self-worth. Symptoms of low self-esteem may include feelings of confusion, hopelessness, helplessness, worthlessness, and a sense of being uncared for, along with declining memory (both short and long-term), diminished abilities, social withdrawal, and reluctance to engage with others. One approach to enhancing the ability of patients with low self-esteem to perform daily activities is through gardening occupational therapy. This study aims to explore the effectiveness of gardening occupational therapy for individuals with low self-esteem. The research was conducted as a case study, implementing evidence-based practices in nursing care. The findings indicate that gardening occupational therapy significantly improves both positive abilities and self-esteem in clients. Specifically, the client's gardening skills showed improvement, with a score rising from 4 before the*

*intervention to 9 afterward. Additionally, self-esteem, as measured by the Rosenberg Self-Esteem Scale, increased from a score of 19 prior to the intervention to 24 afterward.*

**Keywords :** *low self-esteem. occupational gardening therapy*

## **1. LATAR BELAKANG**

Skizofrenia merupakan salah satu jenis gangguan jiwa dengan munculnya respon maladaptif yang terjadi ditandai oleh reaksi psikotik yang dapat mempengaruhi pikiran, perasaan, persepsi, perilaku dan hubungan sosial individu (Widianti, Keliat & Wardhani 2017). Menurut badan kesehatan dunia World Health Organization (WHO) (2022), saat ini terdapat, 24 juta atau 1 dari 300 orang di dunia terkena skizofrenia (WHO 2022). Di Indonesia sebanyak 84,9% pengidap skizofrenia di Indonesia telah berobat. Data dari 33 Rumah sakit jiwa yang ada di seluruh Indonesia menyebutkan hingga kini jumlah penderita skizofrenia mencapai 2,5 juta orang (Risikesdas 2018). Data dari puskesmas II Baturraden menunjukkan bahwa di desa Kemuug Kidul terdapat 12 orang terdiagnosa skizofrenia (Puskesmas Baturraden II 2022). Tanda gejala yang terjadi pada pasien skizofrenia mempengaruhi kualitas hidup yang terjadi pada diri seseorang (Ivana & Jatmika 2017). Salah satu tanda gejala yang terjadi pada pasien skizofrenia yaitu timbulnya harga diri rendah (Atmojo & Purbaningrum 2021). Harga diri rendah adalah perasaan tidak berharga, tidak berarti dan rendah diri yang berkepanjangan akibat evaluasi negatif terhadap diri sendiri atau kemampuan diri (Stuart, Gail W, 2007 dalam (Mulyawan & Agustina 2019). Salah satu upaya untuk mencegah harga diri rendah yaitu dengan terapi okupasi. Terapi okupasi adalah salah satu kegiatan suportif yang bertujuan untuk memandirikan pasien dengan melatih kemampuan positif yang dimiliki dan untuk terlibat dalam kemampuan sehari-hari (Ridfah et al. 2021). Pada dasarnya terapi okupasi ini merupakan kegiatan yang memberdayakan pasien dalam pekerjaan yang sifatnya bermanfaat dan memuaskan seperti kegiatan berkesenian dan kegiatan rekreasi (Rafik, Febrianti & Lusiyana 2020). Berdasarkan pemaparan diatas terapi okupasi berkebun diharapkan mampu menjadi solusi untuk mengatasi permasalahan kemandirian, serta dapat meningkatkan ekonomi. Sehingga pasien dapat diterima di lingkungan masyarakat dan dapat hidup seperti orang normal

Sehubungan dengan hal tersebut maka perlu dilakukan intervensi okupasi berkebun pada salah satu pasien skizofrenia dengan harga diri rendah di wilayah kerja Puskesmas Baturraden 2 dapat meningkatkan kemampuan positif yang dimiliki klien dengan harga diri rendah. Pengabdian masyarakat ini berfokus pada penerapan terapi okupasi berkebun pada

seorang pasien dengan skizofrenia yang mengalami harga diri rendah, dengan tujuan untuk melihat dampaknya terhadap peningkatan kemampuan positif dan kualitas hidup pasien tersebut

## **2. OBJEKTIF**

Tujuan kegiatan adalah melakukan studi kasus penerapan terapi okupasi berkebun pada klien skizofrenia dengan harga diri rendah di wilayah kerja Puskesmas Baturraden II.

## **3. METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan ini menggunakan metode case study berupa penerapan evidence based practice (EBP) yang diterapkan dalam asuhan keperawatan pada klien gangguan jiwa dengan harga diri rendah di Desa Kemutug Kidul Baturaden, Banyumas, Jawa tengah. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan selama 3 kali pertemuan dengan setiap pertemuan  $\pm 30$  menit. Kegiatan yang dilakukan dengan membimbing klien melakukan terapi okupasi berupa berkebun yang hasilnya dapat dijual sehingga kemandirian finansial pasien akan lebih baik. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan harga diri klien.

## **4. HASIL DAN DISKUSI**

Kegiatan tindakan okupasi berkebun dilakukan selama 3 kali pertemuan. Kamis 17 November 2022 pukul 11.00 WIB. Strategi pelaksanaan 1 (SP 1) penulis mengidentifikasi kemampuan dan aspek positif yang dimiliki oleh klien dan membantu klien menilai kemampuan klien yang masih dapat digunakan. Jumat 18 November 2022 pukul 09.00 WIB dilaksanakan terapi okupasi berkebun pertemuan pertama. Implementasi okupasi berkebun yang kedua dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 19 November 2022 pukul 09.00 WIB. Pada pertemuan kedua, klien mampu melakukan terapi okupasi berkebun lebih baik dari hari sebelumnya. Selain menanam bibit cabai, pasien meminta untuk mencoba menanam sayuran lain Implementasi okupasi berkebun yang ke tiga dilaksanakan pada hari Senin 21 November 2022 pukul 09.00 WIB. Pada pertemuan ketiga klien mampu melakukan terapi okupasi berkebun lebih baik dari hari kedua. Pada implementasi ke tiga klien menanam bibit cabai dan tomat. Hasil yang di dapatkan sebagai berikut:

No	Aspek yang dinilai	Pertemuan		
		18-11-2022	19-11-2022	21-11-2022
1.	Memilih bibit cabai	√	√	√
2.	Menyiapkan poly bag	√	√	√
3.	Menyiapkan media tanam mencampur tanah	√	√	√
4.	Menambah kompos		√	√
5.	Sekam Padi		√	√
6.	Sekam arang			
7.	Memindahkan bibit cabai ke poly bag	√	√	√
8.	Merapihkan bibit cabai		√	√
9.	Memberikan tiang ajir			
10.	Menyiram tanaman cabai		√	√
11.	Membersihkan area tanaman			√
	Jumlah	4	8	9

Terjadi peningkatan kemampuan okupasi berkebun klien disetiap harinya. Peningkatan kemampuan berkebun klien setelah 3 kali pertemuan, mengalami peningkatan kemampuan melakukan terapi okupasi berkebun disetiap pertemuannya. Pada hari pertama klien mendapatkan skor 4, hari kedua klien mendapatkan skor 8 dan pada hari terakhir klien mendapatkan skor 9.

Hasil pengkajian tingkat harga diri klien sebelum dilakukan tindakan terapi okupasi dan setelah dilakukan tindakan okupasi berkebun selama 3 kali pertemuan diperoleh hasil:

No	Pertanyaan	Pre test	Post test
1.	Saya merasa bahwa diri saya berharga setidaknya sama dengan orang lain	1	3
2.	Saya merasa banyak hal baik dalam diri saya	1	3
3.	Saya orang yang gagal	2	3
4.	Saya mampu melakukan sesuatu seperti apa yang mampu dikerjakan prang lain	3	3
5.	Saya rasa tidak banyak yang dapat dibanggakan pada diri saya	2	2
6.	Saya menerima keadaan diri saya seperti apa adanya	2	2
7.	Secara keseluruhan saya puas dengan diri saya	2	3
8.	Saya berharap dapat lebih dihargai	3	3
9.	Saya sering merasa tidak berguna	1	2
10.	Kadang-kadang saya merasa bahwa diri saya kurang baik	2	2
	Jumlah skor	19	24

Skor pre test harga diri rendah klien yaitu 19. Klien mengatakan bahwa klien adalah seorang pengangguran, tidak bekerja dan tidak bisa menghasilkan uang. Klien mengatakan tidak memiliki kemampuan dan ketrampilan untuk bekerja. Kegiatan klien di rumah hanya duduk dan merokok saja tidak pernah melakukan aktivitas lain yang bermanfaat.

Skor post test didapatkan hasil skor harga diri klien mengalami peningkatan menjadi 24. Saat di lakukan wawancara klien mengatakan bahwa klien merasa senang dan ingin terus menanam tanaman. Selain itu klien juga berharap dengan klien mulai menanam beberapa tanaman, klien harap kedepanya tanaman klien akan tumbuh subur dan dapat dipanen sendiri.

Menurut Fathoni dan Maharani (2022), terapi okupasi berkebun yang diberikan dapat menurunkan tanda dan gejala harga diri rendah seperti pasien sudah tidak merasa malu, mau berbicara kontak mata sudah muncul, serta merasa dirinya masih mempunyai bakat dan mampu menyebutkan hal positif yang dimilikinya. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan harga diri dan terjadi peningkatan kemampuan positif berkebun klien setelah dilakukan intervensi terapi okupasi berkebun selama 3 kali pertemuan. Terapi okupasi mampu meningkatkan kemampuan individu untuk terlibat dalam aktivitas kehidupan sehari-hari (Ponto, et al. 2015).

Tujuan dari pemberian terapi okupasi dapat membantu klien mengembangkan mekanisme koping dalam memecahkan masalah terkait masa lalu yang tidak menyenangkan (Ridfah et al. 2021). Klien dilatih untuk mengidentifikasi kemampuan yang masih dapat digunakan yang dapat meningkatkan harga dirinya sehingga tidak akan mengalami hambatan dalam berhubungan sosial. Pada dasarnya terapi okupasi ini kegiatan yang memberdayakan pasien dalam pekerjaan yang sifatnya bermanfaat (Rafik, Febrianti & Lusiyana 2020).

Menurut penelitian Krissanti & Asti (2019), penurunan tanda dan gejala harga diri rendah kronik dipengaruhi oleh status perkawinan, dukungan social, pendidikan, usia, lama sakit, lama pengobatan dan status bekerja. Dengan adanya terapi okupasi berkebun klien jadi memiliki aktivitas dan tugas tertentu setiap harinya. Hal tersebut yang membuat terjadinya peningkatan harga diri yang dialami klien. Menurut penelitian Mamnu'ah (2018) adanya terapi okupasi membuat responden memiliki kegiatan baru. Tidak hanya diam di rumah, klien memiliki aktivitas berkebun setiap harinya klien juga merasa termotivasi dan lebih percaya diri setelah diajari keterampilan berkebun. Secara sosialisasi, responden mampu mengajak berbicara dengan penulis. Menurut Rokhimmah dan Ariyana (2020) dari aktivitas berkebun, klien memiliki status bekerja, seorang yang bekerja akan mengerjakan aktivitas secara rutin maka orang tersebut akan memiliki konsep diri yang jauh lebih baik, seseorang yang bekerja akan merasa memiliki sebuah keahlian atau kemampuan yang dapat bermanfaat atau berguna untuk orang lain.

Menurut penelitian Atmasari (2022), setelah diberikan terapi okupasi yaitu berkebun membuat klien tampak lebih percaya diri dan berani. Menurut Handayani et al., (2015), juga

disebutkan bahwa peningkatan kemampuan seseorang itu dipengaruhi oleh dukungan keluarga dan orang terdekat untuk proses penyembuhannya. Pada studi kasus ini didapatkan bahwa klien menunjukkan penilaian dirinya mulai positif dan menganggap bahwa banyak hal dalam dirinya yang masih berguna. Selama kegiatan berlangsung keluarga selalu mendampingi dan memberi motivasi kepada klien. Tanda dan gejala klien setelah di berikan terapi klien lebih terbuka terhadap diri sendiri (memiliki kemampuan dalam hal bercocok tanam), dan mampu menerima keadaan diri serta klien tampak antusias untuk mengikuti terapi (Puji, et al.,2019). Peningkatan kemampuan yang terjadi pada pasien dipengaruhi oleh status bekerja, aktivitas yang dilakukan secara rutin oleh klien dan dukungan dari keluarga dan orang terdekat. Hal itulah yang mempengaruhi peningkatan kemampuan dan peningkatan harga diri klien.

## **5. KESIMPULAN**

Setelah dilakukan intervensi harga diri rendah dengan terapi okupasi berkebun selama 3 pekan didapatkan hasil bahwa terjadi peningkatan harga diri yang terjadi oleh klien sdr. K. Skor harga diri klien sebelum dilakukan intervensi didapatkan hasil yaitu 19 sedangkan setelah dilakukan tindakan terapin okupasi berkebun didapatkan hasil 24. Kemudian terjadi peningkatan kemampuan berkebun klien setelah 3 kali pertemuan, mengalami peningkatan kemampuan melakukan terapi okupasi berkebun disetiap pertemuannya. Pada awal pertemuan mendapatkan skor 4, kemudian klien mendapatkan skor 9 diakhir kegiatan. Kegiatan yang dilakukan selama studi kasus ini merupakan aspek positif bagi pasien dan akan meningkatkan harga dirinya sehingga hal tersebut dapat menjadi awal dari klien untuk kembali beraktivitas, bekerja, dan menghasilkan uang untuk menghidupi keluarganya. Kegiatan ini dapat menjadi dasar untuk penelitian dan pengandian mendatang yang menggunakan desain longitudinal dengan kelompok kontrol dan sampel yang lebih besar untuk memastikan validitas hasil serta mengeksplorasi kombinasi terapi dan dampak ekonomi dari terapi okupasi berkebun.

## **6. REFERENSI**

- Atmasari, N. 2022, *Skizofrenia Dengan Harga Diri Rendah Menggunakan Intervensi Terapi Okupasi : Berkebun Dan Terapi Zikir Di Rskd Dadi Provinsi Sulawesi Selatan Tugas Akhir Ners.*
- Atmojo, B. & Purbaningrum, M. 2021, 'Literature Review : Penerapan Latihan Kemampuan

Positif Terhadap Peningkatan Harga Diri Rendah Pada Klien Yang Mengalami Skizofrenia', *Nursing Science Journal (NSJ)*, vol. 3, no. 2, p. 6.

Baturraden II, P. 2022, *Kasus Kesehatan Jiwa*.

Fathoni, arif ibnu & Maharani, I. 2022, 'Asuhan Keperawatan Jiwa Pasien Harga Diri Rendah Kronis Dengan Penerapan Terapi Okupasi Berkebun', *Associate's Degree in Nursing Study Program Faculty of Health Sciences Kusuma Husada University of Surakarta*, no. 8.5.2017, pp. 2003–5.

Handayani, M.M., Ratnawati, S., Helmi, A.F. & Mada, U.G. 2015, 'Efektifitas Pelatihan Pengenalan Diri Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri Dan Harga Diri', *Jurnal Psikologi (Yogyakarta)*, vol. 25, no. 2, pp. 47–55.

Ivana, S. & Jatmika, D. 2017, 'Hubungan Coping Stres Terhadap Kualitas Hidup Penderita Skizofrenia Pada Masa Remisi Simptom', *Psibernetika*, vol. 10, no. 2, pp. 92–102.

Krissanti, A. & Asti, A.D. 2019, 'Penerapan Terapi Okupasi : Berkebun untuk Meningkatkan Harga Diri pada Pasien Harga Diri Rendah di Wilayah Puskesmas Sruweng', *Keperawatan*, pp. 630–6.

Mamnu'ah, M. 2018, 'Occupational Therapy Towards the Self-Esteem Level of the Mental Disorder Clients', *Indonesian Nursing Journal of Education and Clinic (Injec)*, vol. 1, no. 2, p. 193.

Mulyawan, M. & Agustina, M. 2019, 'Terapi Kreasi Seni Menggambar Terhadap Kemampuan Melakukan Menggambar Bentuk pada Pasien Harga Diri Rendah', *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, vol. 8, no. 01, pp. 380–7.

Ponto, D., Bidjuni, H. & Karundeng, M. 2015, 'Pengaruh Penerapan Terapi Okupasi Terhadap Penurunan Stres Pada Lansia Di Panti Werdha Damai Ranomuut Manado', *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, vol. 3, no. 2, p. 112781.

Puji, S., Nurrahmantika & Dwi 2019, *View of Plant Therapy Untuk Meningkatkan Harga Diri Rendah Pada Klien Harga Diri Rendah Di Panti Rehabilitasi Pengemis, Gelandangan Dan Orang Terlantar (PR-PGOT)*, viewed 28 November 2022, <<https://khidmah.ikestmp.ac.id/index.php/khidmah/article/view/300/256>>.

Rafik, A., Febrianti, Y. & Lusiyana, N. 2020, 'Terapi Okupasi pada Orang dengan Skizofrenia (ODS) di Desa Sindumartani Yogyakarta', *E-Dimas: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, vol. 11, no. 3, pp. 373–81.

Ridfah, A., Wardiman, S.L., Rezkiyana, T., M, V.F.A., Azizah, W.N., Hasianka, Z., Psikologi, F. & Makassar, U.N. 2021, 'Penerapan Terapi Okupasi “ Menanam ” Pada Pasien Jiwa



- RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan', *Jurnal Hasil Pengabdian Masyarakat*, vol. 1, no. 1, pp. 1–5.
- Riskesdas 2018, 'Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan', *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, p. 126.
- Rokhimmah, Y. & Ariyana, D.R. 2020, 'Penurunan Harga Diri Rendah dengan menggunakan Penerapan Terapi Okupasi (Berkebun)', *Ners Muda*, vol. 1, no. 1, p. 18.
- WHO 2022, *Schizophrenia*, viewed 22 November 2022, <<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/schizophrenia>>.
- 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*, vol. 3, no. 1, p. 83.