

**PENERAPAN TERAPI DIVERSIONAL PADA PASIEN HARGA DIRI  
RENDAH DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS  
LIMBOTO KABUPATEN  
GORONTALO**

**Nur Uyuun I. Biahimo<sup>1</sup>, Wiwi Susanti Piola<sup>2</sup>, Firmawati<sup>3</sup>, Vidya Salsabilla  
Taib<sup>4\*</sup>**

<sup>1-4</sup>Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo

Email Korespondensi: vdyaslsblla2@gmail.com

Disubmit: 06 Mei 2024

Diterima: 16 Juli 2024

Diterbitkan: 01 Agustus 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i8.15110>

**ABSTRACT**

*Low self-esteem is negative thoughts and feelings towards oneself so that sufferers feel a loss of self-confidence, pessimism and worthlessness in their lives. One intervention to support situational low self-esteem is diversional therapy. The aim of this research is identifying self-esteem before and after being given diversional therapy to patients with low self-esteem in the working area of the Limboto Community Health Center, Gorontalo Regency. The research method used in this research is experimental design (one group pre-test post-test design). From the results of this research, it can be seen that the mean value of the pre test is 13.20 and the post test is 17.00, the standard deviation of the pre test is 000 and the post test is 422, the standard error of the pre test is 1.033 and the post test is 3.682, and the total data is 10 for the pre test and post, as well as the Sig value. 2-tailed is 0.002 <0.05, meaning there is a significant influence between the pre-test and post-test. There is an influence of the application of diversional therapy on patients with low self-esteem at the Limboto health center, Gorontalo district. It is hoped that the results of this research can become a reference and add information about diversional therapy in patients with low self-esteem.*

**Keywords:** *Low Self-Esteem, Diversional Therapy*

**ABSTRAK**

Harga diri rendah adalah suatu pemikiran dan perasaan negatif terhadap diri sendirisehingga penderita merasakan hilangnya rasa percaya diri, pesimis dan tidak berharga dikehidupannya. Salah satu intervensi pendukung harga diri rendah situasional yaitu terapi diversional. Tujuan penelitian ini yaitu mengidentifikasi harga diri sebelum dan setelah diberikan terapi diversional terhadap pasien dengan harga diri rendah di wilayah kerja Puskesmas Limboto Kabupaten Gorontalo. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah experimental design (*one group pre-test post-test design*). Hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa nilai mean pre test yakni 13,20 dan post test 17,00 standar devisiasi pre test yakni 000 dan post test 422, standar eror pre test 1,033 dan post test 3,682, serta jumlah data sebesar 10 untuk pre test dan post, serta nilai Sig. 2-tailed adalah 0,002 <0,05 artinya terdapat pengaruh yang

signifikan antara pre test dan post test. Terdapat pengaruh penerapan terapi diversional pada pasien harga diri rendah di puskesmas limboto kabupaten gorontalo. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi acuan dan menambah informasi tentang Terapi diversional pada pasien harga diri rendah.

**Kata Kunci:** Terapi Diversional, Pasien, Harga Diri Rendah

## PENDAHULUAN

Kesehatan jiwa menurut WHO (*World Health Organization*) adalah ketika seseorang tersebut merasa sehat dan bahagia, mampu menghadapi tantangan hidup serta dapat menerima orang lain sebagaimana seharusnya serta mempunyai sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain. Kesehatan jiwa adalah kondisi dimana seorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga individu tersebut menyadari kemampuan sendiri, dapat mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi untuk komunitasnya. Kondisi perkembangan yang tidak sesuai pada individu akan menimbulkan gangguan jiwa (UU No.18 tahun 2014). (Kemenkes RI, 2020)

Data Riskesdas 2018 oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kementerian Kesehatan (Kemenkes) dilakukan pada 300.000 sampel rumah tangga (1.2 juta jiwa) di 34 provinsi, 416 kabupaten, dan 98 kota. Dari sejumlah data dan informasi kesehatan, poin tentang gangguan jiwa mengungkap peningkatan proporsi cukup signifikan. Sebab, jika dibandingkan dengan Riskesdas 2013 naik dari 1.7 persen menjadi 7 persen. Artinya per 1.000 rumah tangga terdapat 7 rumah tangga yang ada ODGJ, sehingga jumlahnya diperkirakan sekitar 450 ribu ODGJ berat. (Kemenkes RI, 2020). Berdasarkan dari data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo,

jumlah penderita gangguan jiwa di Provinsi Gorontalo pada tahun 2021 adalah 1.671 jiwa. Di kabupaten Gorontalo khususnya wilayah kerja Puskesmas Limboto penderita Gangguan Jiwa berjumlah 107 orang.

Harga diri rendah ini apabila tidak diberikan penanganan yang tepat maka akan menimbulkan masalah kejiwaan lainnya seperti isolasi sosial. Isolasi sosial menyebabkan pasien tidak dapat memusatkan perhatian yang menyebabkan suara atau bisikan muncul sehingga menimbulkan masalah halusinasi, resiko perilaku kekerasan, mencederai diri sendiri hingga *suicide* (bunuh diri) (Alpita, 2022). Terapi diversional bermanfaat untuk meningkatkan rasa percaya diri dengan melakukan kegiatan positif, pada penerapan terapi diversional ini pasien akan mengenal kemampuan positif yang dimiliki, dan dapat mempraktikannya dalam kegiatan sehari-hari. Dalam pelaksanaan terapi ini perawat juga berperan penting dalam memberikan respon yang positif seperti pujian setelah pasien melakukan aktivitas, sehingga pasien merasa dihargai dengan pekerjaan yang sudah dilakukannya dan akan senang hati untuk melakukan aktivitas itu kembali sehingga harga diri pasien dapat meningkat (Wardana, W.K, 2018).

Hasil penelitian (Alpita, 2022) Tentang Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Konsep Harga Diri Rendah dengan Pemberian Terapi Kegiatan Positif (Terapi Diversional) Di Provinsi

Bengkulu peneliti menggunakan metode Deskriptif dengan studi kasus. Hasil penelitian ini didapatkan bahwa Setelah dilakukan tindakan selama 6 hari melakukan kegiatan positif (terapi diversional) untuk meningkatkan harga diri dikatakan berhasil tampak pada pengukuran skala harga diri hari pertama skor pasien I jumlahnya 23 (harga diri rendah) dan pasien II 26 (harga diri rendah) setelah dilakukan penelitian dilakukan lagi pengukuran skala harga diri tampak skor pasien I meningkat menjadi 49 (harga diri normal) dan pasien II 50 (harga diri normal), pasien merasa lebih percaya diri, lebih bersyukur dengan keadaanya, kontak mata positif, dan jauh lebih bersemangat.

Dari hasil wawancara yang dilakukan dengan 2 orang pasien, 1 orang orang pasien yang berumur 26 tahun mengatakan dirinya tidak berguna karena belum bisa membahagiakan kedua orang tuanya dan sudah putus kuliah, pasien juga mengatakan malu bertemu dengan orang baru, pasien merasa tidak mampu melakukan apapun, dan 1 orang pasien yang berumur 27 tahun mengatakan dirinya tidak berguna karena tidak bisa membantu ibunya mencari nafkah, pasien juga mengatakan malu jika keluar rumah, pasien mengatakan lebih banyak diam, pasien merasa dirinya tidak mempunyai kelebihan dalam hal apapun. Masalah dengan harga diri rendah dapat terjadi pada kondisi gangguan jiwa dan non gangguan jiwa. Sehingga diperlukannya itervensi yang tepat karena jika tidak mendapatkan penanganan yang baik, akan mempengaruhi kualitas hidup pasien dimana pasien akan merasa dirinya tidak berguna dalam waktu yang lama, untuk itu peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian Karya Tulis Ilmiah Ners dengan judul “ Penerapan Terapi Diversional Pada

Pasien dengan Harga Diri Rendah di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto Kabupaten Gorontalo”.

## KAJIAN PUSTAKA

### Konsep Harga Diri Rendah

Harga diri rendah merupakan perasaan rendah diri, tidak berharga dan tidak memiliki kemampuan apapun, hal ini disebabkan oleh banyak faktor diantaranya kejadian bullying, pernah mengalami kekerasan dan lain sebagainya. Gangguan ini apabila tidak ditangani dengan baik akan berpengaruh terhadap hubungan pasien dengan orang disekitarnya mulai dari merasa malu, sering menyendiri bahkan sampai mengisolasi diri dari lingkungan (Linda & Faizatur, 2020). Harga diri rendah adalah evaluasi diri negatif yang dikaitkan dengan perasaan lemah, tidak berdaya, putus asa, ketakutan, rentan, rapuh, tidak lengkap, tidak berharga, dan tidak memadai (Kinasih, 2020).

Etiologi atau penyebab harga diri rendah menurut PPNI (2016) yaitu : a. Pengalaman trauma di masa lalu b. Selalu tidak berhasil ketika melakukan sesuatu c. Jarang di hargai oleh orang lain d. Tidak mampu menyelesaikan masalah yang sifatnya berduka e. Memiliki masalah pada emosional f. Tidak mampu menyesuaikan budaya. Menurut Suliswati (2005) dalam Rahmi Imelisa et al (2021) tanda dan gejala harga diri rendah yaitu : a. Merasa dirinya lebih rendah dari orang lain b. Mengkritik diri sendiri dan orang lain c. Gnagguan dalam berhubungan d. Rasa diri penting yang berlebihan e. Perasaan tidak mampu f. Rasa bersalah g. Pandangan hidup yang pesimis h. Penolakan terhadap kemampuan personal i. Menarik diri secara sosial j. Khawatir dan menarik diri dari realitas (Rahmawati, &Ramadhani, 2021).

Menurut Jek Amidos Pardede et al (2022) akibat dari harga diri rendah dapat membuat seseorang menjadi enggan atau tidak mampu membina hubungan dengan orang lain sehingga terjadi perilaku mengisolasi dari lingkungan sosialnya. Disisi lain disaat seseorang 12 tersebut dipermalukan di depan orang lain karena dianggap tidak mampu dapat membuatnya melakukan kekerasan yang bisa ditujukan pada dirinya, orang lain, maupun lingkungannya (Zebua, 2022).

### Konsep Terapi Diversional

Terapi Diversi melibatkan pengorganisasian, perancangan, koordinasi, dan implementasi program kegiatan berbasis waktu luang yang berpusat pada klien. Tujuannya adalah untuk meningkatkan kualitas hidup melalui dukungan dan pengembangan berkelanjutan terhadap kebutuhan psikologis, emosional, spiritual, sosial, dan fisik serta kesejahteraan klien. Kegiatannya diperuntukkan bagi individu dan kelompok yang berfokus pada (Wibowo, 2023);

- a. Memberikan kebebasan memilih.
- b. Mempertahankan penggunaan keterampilan visual dan tangan.
- c. Kegiatan kreatif dengan hasil yang bermanfaat.
- d. Memungkinkan klien bekerja sesuai kemampuan mereka sendiri.
- e. Memberikan tujuan dan makna hidup melalui aktivitas dan keterlibatan.
- f. Dorong Komunikasi, Ekspresi, Sosialisasi dan Kenangan.
- g. Strategi yang membantu daya ingat, orientasi dan perubahan suasana hati.
- h. Strategi yang membantu perawatan pribadi seperti mencuci dan berpakaian.

- i. Strategi yang membantu Kehidupan Sehari-hari dan Kehidupan Keluarga.

Kemampuan Positif merupakan kemampuan atau aspek yang dimiliki individu untuk mengidentifikasi kemampuan yang ada pada diri individu untuk mengidentifikasi kemampuan yang ada pada diri individu itu sendiri, sehingga klien dapat memilih kegiatan sesuai kemampuan yang dimilikinya. Terapi diversional ialah terapi yang memanfaatkan keaktifan mengisi waktu luang atau rekreasi untuk meningkatkan perasaan sehat (Alpita & Yani, 2022).

### METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *experimental design (one group pre-test post-test design)*, jenis penelitian ini dilaksanakan pada suatu kelompok tanpa menggunakan kelompok pembanding, subjek dikenal perlakuan untuk jangka waktu tertentu, pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan diberikan dan pengaruh perlakuan diukur dari perbedaan antara pengukuran awal dan pengukuran akhir. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah pasien dengan diagnosa harga diri rendah di wilayah kerja puskesmas Limboto dan pasien yang tidak memiliki gangguan bicara. Sampel yang digunakan yaitu sebanyak 10 orang.

Instrument penelitian yang digunakan yaitu lembar identitas responden, SOP, dan lembar observasi. Lembar identitas responden untuk mencatat identitas meliputi nama, umur, dan jenis kelamin untuk menggambarkan karakteristik responden.

Teknik analisis data menggunakan pendekatan kuantitatif dan uji menggunakan uji *paired test*. Data pada analisis ini

diperoleh dari hasil test yang akan dilakukan oleh peneliti, kemudian dihitung frekuensi jawaban yang ansietasnya sedang. Berdasarkan

hipotesis yang dibuat oleh peneliti maka peneliti menggunakan uji statistic menggunakan uji *paired-test*.

## HASIL PENELITIAN

**Tabel 1. Rata-rata Harga Diri Sebelum Dan Sesudah Perlakuan**

Pengukuran	Mean	N	Standar Deviasi	Minimal-Maksimal
Pre Test	12.00	10	.000	12-12
Post Test	17.00	10	3.682	12-24

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel diatas didapatkan bahwa rata-rata harga diri pada pasien harga diri rendah berjumlah 10 orang sebelum dilakukan terapi diversional didapatkan nilai mean 12.00 dengan

standar deviasi .000 dan nilai minimal-maksimal 12-12, sedangkan setelah dilakukan terapi diversional didapatkan nilai mean 17.00 dengan standar deviasi 3.682 dan nilai minimal-maksimal 12-24.

**Tabel 2. Nilai Harga Diri Sebelum Diberikan Perlakuan**

Tingkat Harga Diri	Pre Test			Cumulative Percent
	Frekuensi	Percent	Valid Percent	
Rendah	10	100.0	100.0	100.0

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel diatas nilai tingkat harga diri sebelum diberikan perlakuan pada 10 responden, semua

responden memiliki harga diri rendah dengan frekuensi sebesar 10 responden (100%).

**Tabel 3. Nilai Harga Diri Setelah Diberikan Perlakuan**

Tingkat Harga Diri	Post Test			Cumulative Percent
	Frekuensi	Percent	Valid Percent	
Rendah	2	20.0	20.0	20.0
Sedang	8	80.0	80.0	100.0

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel diatas nilai tingkat harga diri setelah diberikan terapi diversional pada 10 responden

yang terbanyak yaitu tingkat harga diri sedang sebanyak 8 orang (80.0%).

**Tabel 4. Nadi dan Kecemasan Sesudah Terapi Murottal Al-Qur'an**

	Mean	Standar Deviasi	Standar Error	N	Sig. 2-Tailed
Pre Test	13,20	.000	1.033	10	.002
Post Test	17.00	4.22	3.682	10	

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan hasil paired t test pada tabel 10 dapat diketahui bahwa nilai mean pre test yakni 13,20 dan post test 17,00 standar deviasi pre test yakni 000 dan post test 422, standar eror pre test 1,033 dan post

test 3,682, serta jumlah data sebesar 10 untuk pre test dan post, serta nilai Sig. 2-tailed adalah 0,002 <0,05 artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara pre test dan post test.

## PEMBAHASAN

### Tingkat Harga Diri Sebelum Diberikan Terapi Diversional Pada Pasien Harga Diri Rendah.

Tingkat harga diri sebelum diberikan terapi diversional pada pasien harga diri rendah di puskesmas limboto sebanyak 10 responden. Diukur dengan lembar observasi terlihat dalam lembar observasi semua pasien tidak memenuhi semua poin, dimana pasien selalu mengkritik diri sendiri, menarik diri dari hubungan sosial, tidak berani menatap lawan bicara, berpakaian tidak rapi, selera makan kurang, dan lebih banyak menunduk. Masing-masing pasien memiliki latar belakang yang berbeda terkait penyebab munculnya harga diri rendah. Namun, secara garis besar semua pasien memiliki perasaan yang kurang baik terhadap dirinya yaitu masing-masing dari pasien merasa dirinya kurang berharga, tidak memiliki kemampuan yang bisa dibanggakan, merasa malu dan tidak percaya diri, pasien lebih senang menyendiri, serta koping individu yang kurang baik.. penyebab munculnya harga diri rendah yang dialami pasien rata-rata karena pengalaman yang tidak menyenangkan yang kemudian menjadi trauma untuk psikis pasien serta mengakibatkan munculnya perasaan negative pada pasien.

Berdasarkan hasil penelitian tingkat harga diri sebelum diberikan terapi diversional pada pasien harga diri rendah dengan kondisi dimana pasien merasa dirinya kurang berharga. Adapun untuk pelaksanaan terapi diversional pada pasien ini

yang pertama menyapa klien terlebih dahulu, memperkenalkan diri, menanyakan kabar pasien, melakukan kontrak dengan pasien kemudian menjelaskan maksud dan tujuan. Kemudian dalam fase kerja pertama menanyakan apa saja hobi dan aktivitas yang sangat disukai pasien, kedua memilih hal positif yang disukai oleh pasien, ketiga merencanakan kegiatan positif yang akan dilakukan pertama kali, keempat mempersiapkan pasien dan alat yang akan digunakan, kelima melakukan hobi dan aktivitas yang disukai pasien, keenam memberikan pujian setelah melakukan hobi. Kemudian fase terminasi, 1) menanyakan perasaan pasien, 2) memberikan kesempatan pasien untuk memberikan umpan balik dari terapi yang dilakukan, kemudian melakukan kontrak, topic, waktu dan tempat kegiatan selanjutnya. Kemudian post interaksi, mendokumentasikan secara tepat pada lembar catatan keperawatan.

Sebagian besar pasien dengan gangguan harga diri rendah memiliki tanda dan gejala yaitu diantaranya mengkritik diri sendiri, perasaan tidak mampu, pandangan hidup yang pesimis, mengalami penurunan produktifitas, dan penolakan terhadap kemampuan diri. Selain itu, harga diri rendah dapat dilihat dari penampilan individu tersebut ialah tampak tidak memerhatikan penampilan diri, cara berpakaian yang tidak rapi, selera makan yang kurang, tidak ada keberanian untuk menatap lawan bicara, dominan menunduk, serta bicara yang lambat



dengan nada yang kecil (Amalia & Nita, 2023)

### **Tingkat Harga Diri Sesudah Diberikan Terapi Diversional Pada Pasien Harga Diri Rendah**

Tingkat harga diri pasien yang berada di puskesmas limboto setelah diberikan terapi diversional yang sudah membaik sebanyak 8 responden (80,0%) dimana pasien sudah bisa melakukan jadwal kegiatan setelah selama 3 hari berturut-turut yang telah diberikan oleh peneliti dengan mandiri meskipun selalu diingatkan oleh keluarga. Setelah diberikan terapi diversional peneliti mengukur kembali tingkat harga diri pasien dengan lembar observasi, dimana peneliti melihat poin poin yang terdapat dilembar observasi pada pasien dengan hasil pasien sudah berani menatap lawan bicara, sudah tidak mengkritik diri sendiri, dan sudah lebih bersyukur.

Tindakan keperawatan terkait peningkatan harga diri rendah dengan terapi diversional pada 10 pasien dengan masalah keperawatan harga diri rendah, dilakukan selama 4 hari berturut-turut dalam seminggu. Pada SP1 yaitu dilakukan identifikasi hobi atau aktivitas yang disukai pasien, SP2 yaitu melakukan hobi atau aktivitas yang disukai pasien, serta mendiskusikan kemampuan positif yang dapat dilakukan di rumah. SP3 yaitu melatih kemampuan lainnya yang dimiliki pasien serta menyusun jadwal kegiatan yang dapat dilakukan pasien dan berikan kesempatan pada pasien untuk melakukan kegiatan yang sudah dijadwalkan. Dan SP4 memberikan motivasi atau pendidikan kesehatan pada pasien dan keluarga tentang cara merawat pasien.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Piona Alpita 2021) dimana setelah dilakukan tindakan

selama 4 hari berturut-turut melakukan kegiatan positif (terapi diversional) untuk meningkatkan harga diri dikatakan berhasil tampak pada pengukuran skala harga diri hari pertama skor 1 pasien jumlahnya 3 orang harga diri rendah, setelah dilakukan terapi diversional pasien merasa lebih percaya diri, lebih bersyukur dengan keadaannya, kontak mata positif dan jauh lebih bersemangat. Keberhasilan latihan terapi diversional pada pasien merupakan hasil dari yang dilakukan pasien sendiri, karena pada dasarnya setiap individu memiliki hal-hal positif masing-masing yang mungkin tidak dimiliki oleh orang lain dan keinginan pasien untuk menjadi lebih percaya diri lagi merupakan hal yang paling utama.

Seseorang yang memiliki harga diri rendah, ia tidak menyadari bahwa dirinya adalah makhluk yang sempurna, berguna serta memiliki aspek-aspek positif yang mungkin tidak semua orang memilikinya. Oleh karena itu, pasien diberikan intervensi terapi diversional untuk melakukan hobi atau kegiatan yang disukai pasien di waktu luang. Ditahap awal dilakukan dengan cara mengidentifikasi hobi atau aktivitas positif yang dimiliki oleh pasien. Tujuan dari tindakan ini untuk pasien yaitu diantaranya : pasien mampu membina hubungan saling percaya diri dengan orang lain, mampu mengenal masalah harga diri ( penyebab, tanda dan gejala, serta akibat dari pikiran negative terhadap diri, mampu mengidentifikasi kemampuan atau aspek yang dimiliki dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut asumsi peneliti, pemberian terapi diversional pada pasien harga diri rendah dapat meningkatkan harga diri pada pasien karena kegiatan yang positif yang disukai oleh pasien dapat memotivasi atau mengembalikan

semangat pasien untuk mengatasi harga dirinya. Namun ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan terapi ini yaitu umur dan kesiapan responden untuk menerima informasi yang disampaikan.

### **Pengaruh Penerapan Terapi Diversional Pada Pasien Harga Diri Rendah**

Dilihat dari distribusi data 10 responden, bahwa sebelum diberikannya perlakuan terapi diversional ada 10 pasien yang mengalami harga diri rendah (10,0%), dan setelah diberikannya perlakuan terapi diversional maka terlihat jelas peningkatan harga diri pada pasien harga diri rendah yakni ada 8 responden (80,0%), dan 2 responden (20,0%) masih dalam kategori pasien harga diri rendah. 8 responden dan 2 responden memiliki perbedaan skor harga diri yang signifikan. Hal ini disebabkan dari konsep diri yang dimiliki setiap individu berbeda serta dengan mekanisme koping yang berbeda.

Adapun untuk pelaksanaan terapi diversional ini diberikan penjelasan terlebih dahulu mengenai kegiatan yang akan dilakukan, kemudian peneliti melakukan penilaian tingkat harga diri pasien dengan lembar observasi sebelum dan sesudah melakukan terapi, kemudian untuk pelaksanaan terapi diversional pada pasien ini yang pertama menyapa klien terlebih dahulu, memperkenalkan diri, menanyakan kabar pasien, melakukan kontrak dengan pasien kemudian menjelaskan maksud dan tujuan. Kemudian dalam fase kerja pertama menanyakan apa saja hobi dan aktivitas yang sangat disukai pasien, kedua memilih hal positif yang disukai oleh pasien, ketiga merencanakan kegiatan positif yang akan dilakukan pertama kali, keempat mempersiapkan pasien dan

alat yang akan digunakan, kelima melakukan hobi dan aktivitas yang disukai pasien, keenam memberikan pujian setelah melakukan hobi. Kemudian fase terminasi, 1) menanyakan perasaan pasien, 2) memberikan kesempatan pasien untuk memberikan umpan balik dari terapi yang dilakukan, kemudian melakukan kontrak, topic, waktu dan tempat kegiatan selanjutnya. Kemudian post interaksi, mendokumentasikan secara tepat pada lembar catatan keperawatan. Penelitian ini dilakukan selama 4 hari berturut-turut

Data responden sebelum dilakukan terapi diversional ada 10 responden yang memiliki harga diri rendah, sebelum diberikan terapi diversional diukur dengan lembar observasi terlebih dahulu kemudian terlihat dalam lembar observasi semua pasien tidak memenuhi semua poin, dimana pasien selalu mengkritik diri sendiri, menarik diri dari hubungan sosial, tidak berani menatap lawan bicara, berpakaian tidak rapi, selera makan kurang, dan lebih banyak menunduk. Masing-masing pasien memiliki latar belakang yang berbeda terkait penyebab munculnya harga diri rendah. Namun, secara garis besar semua pasien memiliki perasaan yang kurang baik terhadap dirinya yaitu masing-masing dari pasien merasa dirinya kurang berharga, tidak memiliki kemampuan yang bisa dibanggakan, merasa malu dan tidak percaya diri, pasien lebih senang menyendiri, serta koping individu yang kurang baik.. penyebab munculnya harga diri rendah yang dialami pasien rata-rata karena pengalaman yang tidak menyenangkan yang kemudian menjadi trauma untuk psikis pasien serta mengakibatkan munculnya perasaan negative pada pasien.

Selanjutnya dari 10 responden yang telah diberikan terapi



diversional terdapat ada perubahan dengan hasil responden yang mengalami tingkat harga diri sedang meningkat menjadi 8 responden dimana 8 responden ini mengatakan sekarang sudah tidak mengalami kesulitan berhubungan dengan orang lain, pasien mulai percaya diri, pasien sudah mampu melakukan jadwal kegiatan secara mandiri, pasien mengatakan ketika sudah sembuh pasien ingin mulai bekerja lagi sesuai kemampuannya yang dimiliki dan disenangi pasien, pada ke 2 responden tingkat harga dirinya tidak berubah mungkin dikendala pada pertemuan pertama yang mungkin sedikit mengalami kesulitan untuk membangun hubungan saling percaya diri dikarenakan ke 2 pasien memang ada beberapa hal yang masih di tutupi. Keberhasilan dari terapi diversional merupakan hasil dari yang dilakukan pasien sendiri, karena pada dasarnya setiap individu memiliki aspek positif masing-masing yang mungkin tidak dimiliki oleh orang lainnya dan keinginan pasien untuk menjadi lebih baik lagi merupakan aspek utama.

Hasil *paired t test* pada tabel 10 dapat diketahui bahwa nilai mean pre test yakni 13,20 dan post test 17,00 standar deviasi pre test yakni 000 dan post test 422, standar eror pre test 1,033 dan post test 3,682, serta jumlah data sebesar 10 untuk pre test dan post, serta nilai Sig. 2-tailed adalah 0,002 <0,05 artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara pre test dan post test.

Berdasarkan penelitian ini peneliti berpendapat bahwa, peningkatan harga diri pada pasien dengan terapi diversional akan lebih efektif digunakan. Dari analisis data yang di paparkan, diperoleh data yang menunjukkan bahwa setelah diberikan terapi diversional mengalami peningkatan harga diri, yang berarti pasien sudah merasa percaya diri. Sehingga dapat

disimpulkan bahwa terapi diversional berpengaruh yang signifikan terhadap pasien harga diri rendah.

## KESIMPULAN

1. Hasil *paired t test* pada tabel 10 dapat diketahui bahwa nilai mean pre test yakni 13,20 dan post test 17,00 standar deviasi pre test yakni 000 dan post test 422, standar eror pre test 1,033 dan post test 3,682, serta jumlah data sebesar 10 untuk pre test dan post, serta nilai Sig. 2-tailed adalah 0,002 <0,05 artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara pre test dan post test. Terdapat pengaruh penerapan terapi diversional pada pasien harga diri rendah di Puskesmas Limboto Kabupaten Gorontalo.
2. Setelah dilakukan strategi pelaksanaan dan tambahan latihan positif pada 8 pasien didapatkan respon bahwa pasien saat ini tidak mengalami kesulitan untuk berhubungan dengan teman lainnya, klien mulai percaya diri, pasien mengatakan sudah bisa melakukan jadwal kegiatan secara mandiri.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alpita, P. (2022). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Konsep Harga Diri Rendah Dengan Pemberian Terapi Kegiatan Positif (Terapi Diversional). *Karya Tulis Ilmiah*, 2(4), 1-16.
- Alpita, P., & Yani, S. (2022). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Konsep Harga Diri Rendah Dengan Pemberian Terapi Kegiatan Positif (Terapi*

- Diversional*) (Doctoral dissertation, STIKes Sapta Bakti).
- Borrego, A. (2021). Literature Review: Penerapan Latihan Kemampuan Positif Terhadap Peningkatan Harga Diri Rendah Pada Klien Yang Mengalami Skizofrenia. 10, 6.
- Eni, E. N., Erawati, E., Sugiarto, A., & Semarang, P. K. (2020). Asuhan Keperawatan Pada Klien Skizofrenia Dengan Fokus Studi Harga Diri Rendah. 11(2), 38-44.
- Ike Mardiaty Agustin, S. H. (2017). Afiriasi Positif Pada Harga Diri Rendah Situasional Pasien Fraktur Femur. 13(2), 94-98.
- Kemkes Ri. (2020). Rencana Aksi Kegiatan 2020 - 2024 Direktorat P2 Masalah Kesehatan Jiwa Dan Napza. Ditjen P2p Kemenkes, 29. <https://E-Renggar.Kemkes.Go.Id/File2018/E-Performance/1-401733-4tahunan-440.Pdf>
- Kinasih, L. P. (2020). Literature Review: Efektivitas Terapi Okupasi Pada Pasien Harga Diri Rendah. *Caring: Jurnal Keperawatan*, 9(2), 110-117.
- Lisva Dewi, M. (2019). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Harga Diri Rendah Kronis. 2017, 12-42.
- Muhammad Delys, A. E. (2019). Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Tn. Q Dengan Harga Diri Rendah Di Ruang Bangau Rumah Sakit Jiwa Dr.Radjiman Wediodiningrat Lawang Malang.
- Nur Hapsiah. (2022). Terapi Assertive Training Dalam Upaya Penurunan Perilaku Kekerasan. 1-7.
- Nursalam. (2017). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan (P. P. Lestari (Ed.); Edisi 4). Salemba Medika.
- Nursalam. (2020). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis (Edisi 5). Salemba Medika.
- Riska Febrina. (2018). Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Keluarga Dengan Harga Diri Rendah Kronis Di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang.
- Sihombing Rinancy, H., Studi, P., Ners, P., Pahlawan, U., & Tambusai, T. (2022). Asuhan Keperawatan Pada Tn. J Dengan Harga Diri Rendah Menggunakan Terapi Generalis Diruang Kuantan Rsj Tampan Provinsi Riau. 1(1), 131-139.
- PPNI, T. P. S. D. (2017). Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (Cetakan II).
- SDKI DPP PPNI, T. P. (2017). Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (Cetakan II). DPP PPNI.
- Sofia Zulfa, R. (2019). Latihan Berpikir Positif Pada Klien Dengan Harga Diri Rendah.
- Tika Duwi Lestari. (2020). Afiriasi Positif Dalam Menurunkan Tingkat Ketidakberdayaan Pada Pasien Stroke.
- Wibowo, R. W. (2023). *Rekonstruksi Regulasi Diversi Dalam Sistem Peradilan Pidana Anak Yang Berbasis Nilai Keadilan Pancasila* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung).
- Wijayati, F., Nasir, T., & Hadi, I. (2020). Hjp: Health Information Jurnal Penelitian Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Harga Diri Rendah Pasien Gang- Guan Jiwa. 12.
- Zebua, I. J. (2022). Manajemen Asuhan Keperawatan Jiwa Dengan Masalah Halusinasi Pada Penderita Skizofrenia: Studi Kasus.