KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN TERAPI OKUPASI MEMASAK UNTUK MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI PADA PASIEN HARGA DIRI RENDAH DI RSJ PROF. DR. M. ILDREAM MEDAN

LIDIA ASIMA SAMOSIR
P07520123057

POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III MEDAN
TAHUN 2026

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN TERAPI OKUPASI MEMASAK UNTUK MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI PADA PASIEN HARGA DIRI RENDAH DI RSJ PROF. DR. M. ILDREAM MEDAN

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi
dan memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md. Kep)
pada program Studi D - III Keperawatan Medan Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

LIDIA ASIMA SAMOSIR
P07520123057

POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III MEDAN
TAHUN 2026

LEMBAR PERSETUJUAN

PENERAPAN TERAPI OKUPASI MEMASAK UNTUK MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI PADA PASIEN HARGA DIRI RENDAH DI RSJ PROF. DR. M. ILDREAM MEDAN

Diusulkan Oleh

LIDIA ASIMA SAMOSIR

P07520123057

Telah disetujui di Prodi D – III Keperawatan Medan

Pada tanggal, 13 Juni 2026

Pembimbing Utama	Pembimbing Pendamping
Endang susilawati , SKM, M. Kes	**Afniwati, S Kep, Ns, M.Kes**
NIP.196609231997032001	NIP. 196610101988032002

Ketua Prodi Diploma III Keperawatan Medan

Masnila, S.Pd., S. Kep., Ns., M.Pd

NIP : 19701130199303213

LEMBAR PENGESAHAN

PENERAPAN TERAPI OKUPASI MEMASAK UNTUK MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI PADA PASIEN HARGA DIRI RENDAH DI RSJ PROF. DR. M. ILDREAM MEDAN

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

LIDIA ASIMA SAMOSIR

P07520123057

Telah dipertahankan di depan tim penguji

Pada tangal, 25 Juni 2026

		Tanda Tangan
1. Ketua penguji	: Endang susilawati, SKM, M. Kes	( )
2. Penguji 1	: Yufdel, S, Kep, Ns, M. Kes	( )
3. Penguji 2	: Ns. Dedy Fernandes, S. Kep., M. Kep	( )

Mengetahui :

Ketua Prodi Diploma III Keperawatan Medan

Masnila, S.Pd., S. Kep., Ns., M.Pd

NIP : 197011301993032013

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Lidia Asima Samosir

NIM : P07520123057

Program Studi : Diploma III

Jurusan : Keperawatan

Perguruan Tinggi : Poltekes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan karya Tulis ilmiah saya yang berjudul :

PENERAPAN TERAPI OKUPASI MEMASAK UNTUK MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI PADA PASIEN HARGA DIRI RENDAH DI RSJ PROF. DR. M. ILDREAM MEDAN

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan Tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar – benarnya.

Medan, 2026

Penulis

Materai
Rp. 10000

Lidia Asima Samosir

P07520123057

BIODATA PENULIS



Nama	: Lidia Asima Samosir
Tempat / Tgl Lahir	: Janjimatogu / 19 Mei 2005
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Protestan
Alamat Rumah	: Janjimatogu, Kab. Mandailing Natal
Nomor HP	: 083805652118

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD	: SD NEGERI 053 JANJIMATOGU
2. SLTP	: SMP NEGERI 1 SIABU
3. SLTA	: SMA NEGERI 1 SIABU

ABSTRAK

PENERAPAN TERAPI OKUPASI MEMASAK UNTUK MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI PADA PASIEN HARGA DIRI RENDAH DI RSJ ILDREAM MEDAN

Lidia Asima Samosir[1], Endang Susilawati SKM, M.Kes[2],
Afniwati S.Kep, Ns, M.Kes[3].
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
Email: asimasamosir03@gmail.com

Latar Belakang : Harga diri rendah adalah perasaan negatif terhadap diri sendiri, merasa tidak berharga, merasa minder, dan tidak mampu melakukan sesuatu sehingga sering menyebabkan seseorang menarik diri dari lingkungan sosial. Salah satu intervensi keperawatan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan harga diri pasien adalah dengan melakukan terapi okupasi memasak. **Tujuan :** Untuk mengetahui manfaat pemberian terapi okupasi memasak dalam meningkatkan percaya diri pada pasien harga diri rendah di rumah sakit jiwa Ildrem Medan. **Metode :** Menggunakan metode deskriptif atau studi kasus pada dua pasien yang dirawat di mawar 2. **Hasil :**Menunjukkan sebelum intervensi kedua responden berada pada kategori harga diri rendah dengan skor masing masing 8 pada pasien (Ny.L) dan 10 pada pasien (Ny.D). Setelah diberikan terapi okupasi memasak selama enam kali pertemuan, terjadi peningkatan percaya diri yang ditandai dengan menunjukkan kemampuan Selama kegiatan berlangsung. Skor RSES meningkat menjadi 26 pada pasien (Ny.L) dan 29 pada pasien (Ny.L).
Kesimpulan : Bahwa terapi okupasi memasak efektif dalam meningkatkan percaya diri pada pasien harga diri rendah. Sehingga perlu disarankan untuk menggunakan terapi okupasi memasak dalam meningkatkan harga diri rendah.

Kata Kunci : Harga diri rendah, Terapi okupasi memasak, Rasa percaya diri

ABSTRACT

APPLICATION OF COOKING-BASED OCCUPATIONAL THERAPY TO IMPROVE SELF-CONFIDENCE IN PATIENTS WITH SITUATIONAL LOW SELF-ESTEEM AT PROF. DR. M. ILDREM PSYCHIATRIC HOSPITAL, MEDAN

Lidia Asima Samosir[1], Endang Susilawati[2], Afniwati[3]
Medan Health Polytechnic of The Ministry of Health
Email: asimasamosir03@gmail.com

Background: Situational low self-esteem is a psychiatric condition characterized by negative self-evaluations, pervasive feelings of worthlessness and inadequacy, and impaired self-efficacy, which frequently result in social withdrawal. Cooking-based occupational therapy serves as a structured psychosocial nursing intervention designed to enhance self-esteem and master self-care skills through purposeful activity.

Objective: This study aimed to evaluate the effectiveness of cooking-based occupational therapy in improving self-confidence among patients with situational low self-esteem at Prof. Dr. M. Ildrem Psychiatric Hospital, Medan.

Methods: A descriptive case study design was employed, involving two hospitalized psychiatric patients presenting with situational low self-esteem in the Mawar 2 ward. The intervention comprised six sessions of cooking-based occupational therapy delivered over a structured timeframe. Self-esteem was quantitatively measured using the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) pre- and post-intervention.

Results: Prior to the intervention, both participants exhibited low self-esteem, with baseline RSES scores of 8 (Participant L) and 10 (Participant D). Following six sessions of cooking-based occupational therapy, both participants demonstrated marked improvements in self-confidence, characterized by active participation, enhanced task execution, and autonomous skill acquisition. Post-intervention RSES scores increased substantially to 26 (Participant L) and 29 (Participant D), indicating a transition to high self-esteem levels.

Conclusion: Cooking-based occupational therapy effectively improves self-confidence and self-esteem in psychiatric patients. This non-pharmacological modality should be integrated into psychiatric nursing management as a functional rehabilitation intervention.

Keywords: Situational Low Self-Esteem, Occupational Therapy; Cooking Therapy; Self-Confidence; Rosenberg Self-Esteem Scale; Psychiatric Nursing

PROOF READING OF TRANSLATION
Kemenkes Poltekkes Medan
TRANSLATION VERIFIED
24 AUG 2026

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan Rahmat dan karunia-nya sehingga Hasil Karya Tulis ilmiah yang berjudul "Penerapan Terapi okupasi memasak untuk meningkatkan rasa percaya diri pada pasien harga diri rendah dapat terselesaiakan. Selanjutnya ucapan terimakasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Ibu Endang Susilawati,SKM, M.Kes selaku pembimbing utama dan Ibu Afniwati,S.Kep.Ns. M.Kes selaku pembimbing pendamping yang penuh kesabaran dan perhatianya dalam memberikan bimbingan hingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.

Dengan terselesaikannya karya tulis ilmiah ini, perkenankan pula saya untuk mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni,S.SiT,M.Keb selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan.
2. Ibu Dr. Amira Permata Sari Tarigan,S.Kep,Ns,M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.
3. Ibu Masnila Siregar,S.Kep,Ns,M.Pd selaku Ketua Prodi D-III Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Ibu Yufdel,S.Kep,Ns,M.Kes sebagai penguji I dan Bapak Ns.Dedy Fernandes S.Kep,M.Kep selaku penguji II atas kesedianya untuk menguji Karya Tullis Ilmiah ini.
5. Ibu Sri Suriani purnamawati,S.Si.,Apt,M.Kes selaku Direktur RSJ Prof. Ildream Medan. Terimakasih telah menerima penulis untuk melakukan penelitian di rumah sakit jiwa tersebut.
6. Seluruh Dosen, Instruktur dan Staf Jurusan keperawatan Medan serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. kepada kedua orang tuaku terkasih, yaitu Bapak tercintaku St. Olo Rotua Samosir dan Ibu Nurmala Tambunan terimakasih atas cinta tanpa batas, pengorbanan yang tiada henti-henti, serta doa dan dukungan yang selalu

mengiringi setiap langkahku. Tanpa kasih sayang, kerja keras, dan nasihat bijak kalian, aku tak akan mampu berdiri dititik ini. Semoga setiap pencapaian ini menjadi wujud kecil dari rasa terima kasihku untuk segala yang telah diberikan. Penulis juga menyatakan ucapan terimaksih kepada saudara - saudaraku tercinta, terkhusus untuk abang saya Toman Samosir dan kakak saya Yanti Samosir terimakasih telah hadir dalam hidupku, yang telah memberiku support yang luar biasa dan dukungan yang sangat besar dalam perjalanan ku.

Penulis telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun Hasil Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan karya tulis ilmiah ini. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Medan, 2026

Penulis



Lidia Asima Samosir

P07520123057

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL ..... **i**
HALAMAN PERSETUJUAN ..... **ii**
HALAMAN PENGESAHAN ..... **iii**
BIODATA PENULIS ..... **v**
ABSTRAK ..... **vi**
ABSTRACT ..... **vii**
KATA PENGANTAR ..... **viii**
DAFTAR ISI ..... **x**
DAFTAR TABEL ..... **xii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiii**
BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 3
C. Tujuan Penelitian 3
1. Tujuan Umum 3
2. Tujuan Khusus 3
D. Manfaat Penelitian 4
1. Bagi Subjek penelitian 4
2. Bagi Tempat Penelitian 4
3. Bagi Institusi Pendidikan 4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **5**
A. Konsep Harga Diri Rendah 5
1. Pengertian Konsep Harga Diri Rendah 5
2. Penyebab Harga Diri Rendah 6
3. Psikopatologi Harga Diri Rendah 7
4. Tanda Dan Gejala Harga Diri Rendah 8
5. Penanganan Harga Diri Rendah 8
6. Pengukuran Harga Diri Rendah 12
B. Konsep Dasar Terapi Okupasi Memasak 13
1. Defenisi Terapi Okupasi 13
2. Faktor – faktor penyebab Terapi Okupasi 14
3. Tujuan Terapi Okupasi 15
4. Manfaat Terapi Okupasi 15
5. Jenis Terapi Okupasi 15
6. Terapi Okupasi Memasak 16
7. Pelaksanaan Terapi Okupasi Memasak 17
8. Tahap Evaluasi Terapi Okupasi memasak 19
BAB III METODE STUDI KASUS **20**
A. Rancangan Studi Kasus 20
B. Subjek Studi Kasus 20
C. Fokus Studi 20
D. Defenisi Operasional Studi Kasus 21
E. Instrumen Studi Kasus 22
F. Metode Pengumpulan Data 23

G. Lokasi dan Waktu 25
H. Penyajian Data 25
I. Etika Studi Kasus 26
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN 28
A. Hasil Studi Kasus 28
1. Gambaran Tempat Studi Kasus 28
2. Karakteristik Pasien 29
3. Data Sebelum di Berikan Intervensi 30
4. Penerapan Intervensi Terapi Okupasi 31
5. Hasil Pelaksanaan Terapi Okupasi 53
B. Pembahasan 54
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 58
A. Kesimpulan 58
B. Saran 59
DAFTAR PUSTAKA 60
LAMPIRAN 62

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Surat Izin Survei Awal
Lampiran 2 : Surat Balasan Izin Survei Awal
Lampiran 3 : Lembar Surat Penjelasan Penelitian bagi responden
Lampiran 4 : Lembar Persetujuan Sebagai Responden
Lampiran 5 : SOP Terapi Okupasi Memasak
Lampiran 6 : Surat Izin Penelitian
Lampiran 7 :Surat Balasan Izin Penelitian
Lampiran 8 :Lembar Skala ukur RSES (*Rosenberg Self-Esteem Scale)*
Lampiran 9 :Surat Selesai Penelitian
Lampiran 10 :Dokumentasi
Lampiran 11 :Lembar Konsultasi Bimbingan KTI

DAFTAR TABEL

Table 3.1 Definisi Operasional 24
Table 4.1 Karakteristik Responden 29
Tabel 4.2 Intervensi Penerapan Terapi Okupasi 32
Tabel 4.3 Hasil Pelaksanaan Terapi Okupasi 48