BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Harga diri rendah merupakan penilaian individu terhadap pencapaian dirinya dengan menilai sejauh mana perilaku yang ditampilkan sesuai dengan gambaran ideal diri. Pasien harga diri rendah merupakan pasien gangguan kesehatan jiwa yang menganggap dirinya tidak berharga, tidak berarti, serta rasa rendah diri yang berlangsung dalam waktu lama akibat penilaian negatif terhadap diri sendiri dan kemampuan yang dimiliki. Hal ini menyebabkan pasien dengan harga diri rendah sulit untuk berkomunikasi dengan orang lain (Rokhimmah & Rahayu, 2020).

Menurut World Health Organizatio (WHO, 2025) hampir 1 dari setiap 7 orang (1,1 miliar) di seluruh dunia hidup dengan gangguan mental, dengan gangguan kecemasan dan depresi sebagai yang paling umum. Menurut Kementerian Kesehatan Indonesia (KEMENKES, 2023), jumlah kasus gangguan jiwa di Indonesia diperkirakan mencapai sekitar 20% dari total penduduk, atau sekitar 50 juta jiwa, dan sekitar 1 dari 10 orang di Indonesia mengalami gangguan mental.

Berdasarkan data (Dinkes Provsu, 2022). Tercatat terdapat 18.514 orang dilaporkan dengan gangguan kejiwaan, yang terdiri dari 13 diagnosa penyakit gangguan jiwa, mulai dari dimensia, gangguan ansietas, gangguan campuran ansietas dan depresi, gangguan depresi, gangguan penyalahgunaan narkoba, gangguan perkembangan pada anak dan remaja, gangguan psikotik akut, gangguan somatoform, percobaan bunuh diri, redartasi mental, insomnia, gangguan kepribadian, serta skizofrenia.

Pasien yang mengalami harga diri rendah beresiko mengalami gangguan jiwa lain apabila tidak mendapatkan penanganan yang tepat. Hal ini disebabkan oleh karena individu dengan harga diri rendah cenderung menarik diri, menghindari interaksi, dan lebih sering menyendiri, sehingga kejadian tersebut dapat memicu timbulnya masalah isolasi sosial (Arianata et al., 2022).

Peran perawat dalam menangani pasien dengan harga diri rendah dapat dilakukan melalui terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis dilakukan dengan pemberian obat-obatan sesuai resep dokter, seperti Haloperidol 3×5 mg, Clozapine 1×100 mg, Risperidone, dan Trihexyphenidyl 3×2 mg. Obat-obatan ini bertujuan untuk membantu mengendalikan gejala yang menyertai gangguan jiwa. Selain itu, perawat juga memberikan terapi nonfarmakologis dengan cara membantu pasien mengenali kemampuan dan sisi positif yang masih dimilikinya. Perawat mendampingi pasien dalam menilai kemampuan yang masih bisa digunakan, memilih kemampuan yang ingin dilatih, serta melatih kemampuan tersebut secara bertahap. Perawat juga membantu pasien menyusun jadwal kegiatan agar latihan dapat dilakukan secara teratur. Terapi nonfarmakologis ini dapat berupa terapi kognitif, terapi aktivitas kelompok, terapi seni, serta salah satunya adalah terapi okupasi (Izzatil & Maharani, 2023).

Terapi okupasi merupakan ilmu dan seni yang mengarahkan seseorang untuk melakukan kegiatan tertentu membantu pasien dalam mengembangkan mekanisme koping memecahkan masalah yang tidak menyenangkan di masa lalu, dengan terapi okupasi berkebun pasien dilatih untuk menemukan hal yang disenangi berbasis hobi sehingga pasien tidak merasa terbebani dengan terapi tersebut sehingga dapat membentuk seseorang menjadi mandiri dan tidak bergantung pada bantuan orang lain (Suminanto et al., 2024).

Terapi berkebun adalah aktivitas menanam tumbuhan yang langsung mengajarkan tentang cara hidup tanaman dan keterampilan menanamnya. Terapi ini merupakan aktivitas sederhana, bermakna, dan dekat dengan kehidupan sehari- hari. Melalui berkebun, pasien belajar merawat, melihat proses pertumbuhan tanaman dari usaha mereka, sehingga mereka merasakan peran dan tanggung jawab yang secara tidak langsung meningkatkan rasa percaya diri dan perasaan berharga (Sudipyo, 2023).

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil observasi awal yang dilakukan oleh peneliti di Rumah Sakit jiwa Prof. Dr. Muhammad Ildrem Medan, menemukan data jumlah pasien gangguan jiwa dari bulan Januari sampai bulan Mei pada tahun 2025 sebanyak 546 jiwa. Pada pelaksanaan survey awal,

melalui proses wawancara mendalam dengan perawat dan 5 pasien di Rumah Sakit jiwa Prof. Dr. Muhammad Ildrem Medan didapatkan informasi tingkat permasalahan harga diri rendah yang dialami pasien di Rumah Sakit Jiwa tersebut berada pada kategori cukup berat. Perawat mengatakan 2 pasien sudah pernah melakukan terapi berkebun dan 3 pasien belum pernah melakukan terapi berkebun. 2 pasien yang sudah pernah melakukan terapi berkebun menunjukkan penurunan gejala harga diri rendah, pasien terlihat sudah mulai berinteraksi dengan orang lain. Sementara 3 pasien yang belum pernah melakukan terapi berkebun belum terlihat menunjukkan penurunan harga diri rendah.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah:

Bagaimana pengaruh penerapan terapi okupasi berkebun dalam meningkatkan harga diri pada pasien harga diri rendah?

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

Menggambarkan pemberian terapi okupasi berkebun dalam meningkatkan harga diri pada pasien harga diri rendah

2. Tujuan Khusus

a. Menggambarkan karakteristik pasien harga diri rendah (umur, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan) di RSJ. Prof, Dr. M. Ildrem Medan
b. Menggambarkan kemampuan pasien dalam meningkatkan harga diri sebelum dilakukan penerapan terapi okupasi berkebun pada pasien harga diri rendah
c. Menggambarkan kemampuan pasien dalam meningkatkan harga diri setelah dilakukan penerapan terapi okupasi berkebun pada pasien dengan harga diri rendah
d. Membandingkan kemampuan pasien sebelum dan sesudah dilakukan penerapan terapi okupasi berkebun dalam meningkatkan harga diri pada

pasien harga diri rendah

D. Manfaat Studi Kasus

Manfaat studi kasus memuat uraian tentang implikasi temuan studi kasus yang bersifat praktis terutama bagi pasien harga diri rendah

1. Bagi pasien

Studi kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan menambah pengetahuan tentang Penerapan Terapi Okupasi Berkebun dalam membantu pasien meningkatkan harga diri melalui keterlibatan aktif yang dilakuan dalam kegiatan yang produktif dan menyenangkan.

2. Bagi Rumah Sakit Jiwa Prof.Dr.Muhammad Ildrem Medan

Studi kasus ini diharapkan dapat menambah keuntungan bagi Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. Muhammad Ildrem Medan menjadi salah satu intervensi alternatif non ferbal untuk menangani pasien dengan masalah harga diri rendah.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil studi kasus menjadi pelengkap yang berguna bagi peningkatan kualitas pendidikan, menjadi referensi serta bahan bacaan menambah keluasan ilmu di ruang perpustakaan Prodi D-III Keperawatan Kemenkes Poltekkes Medan.