BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gangguan kesehatan jiwa atau gangguan mental sampai saat ini masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan global yang memerlukan perhatian serius. Kondisi gangguan jiwa merujuk pada gangguan psikologis yang dimana individu mengalami penurunan fungsi dalam kehidupan sehari-harinya, biasanya ditandai dengan munculnya perasaan tertekan, tidak nyaman, serta ketidakmampuan menjalankan peran sosial secara optimal di masyarakat. Kondisi ini dapat mempengaruhi konsep diri individu sehingga mengakibatkan munculnya masalah psikososial seperti harga diri rendah yang ditandai dengan perasaan tidak berharga, malu dan kurangnya rasa kepercayaan diri (Nabilah dkk., 2024).

Harga diri merupakan suatu bentuk penilaian individu terhadap dirinya yang berkaitan dengan kemampuan individu, perasaan berharga serta penerimaan terhadap diri sendiri. Pembentukan harga diri seseorang terbentuk oleh pengalaman hidup, suatu keberhasilan yang dicapai, serta penghargaan dan dukungan yang diterima dari lingkungan sekitar. Individu yang sering mengalami keberhasilan ataupun mendapatkan dukungan dari lingkungan sekitarnya cenderung akan mempunyai harga diri yang tinggi. Berbeda halnya dengan individu yang sering mengalami kegagalan dalam hidup seperti merasa tidak diterima, tidak dicintai ataupun tidak dihargai akan cenderung mengalami harga diri rendah (Bunga dkk., 2023).

Berdasarkan data yang diperoleh (WHO, 2025), mengemukakan bahwa lebih dari 1 miliar penduduk dunia hidup dengan gangguan mental, seperti depresi, gangguan kecemasan, bipolar dan skizofernia. Gangguan mental menjadi penyebab terbesar kedua disabilitas jangka panjang di dunia serta menimbulkan dampak yang besar terhadap kesehatan, sosial dan ekonomi. Selain itu, sekitar 24 juta orang atau sekitar 1 dari 300 penduduk mengalami skizofernia. Penderita skizofernia sering mengalami hambatan dalam menjalankan fungsi sosial serta sering menghadapi stigma dan diskriminasi dari masyarakat. Keadaan tersebut dapat mempengaruhi konsep diri dan berisiko menimbulkan masalah harga diri.

Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI, 2023), pravalensi masalah kesehatan jiwa di Indonesia sebanyak 2,0%. Selain itu, jumlah penderita gangguan jiwa seperti skizofernia tercatat sebanyak 630.827 jiwa secara nasional. Jumlah data tersebut menunjukkan bahwa kondisi ini masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan jiwa yang serius dan menjadi tantangan dalam pelayanan kesehatan di Indonesia.

Berdasarkan hasil survei awal penelitian yang dilakukan pada tanggal 07 Mei 2026 di Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. M. Ildrem Medan melalui data rekam medik rawat inap periode Januari - Mei 2026, didapati jumlah total pasien rawat inap sebanyak 542 pasien dengan diagnosis terbanyak yaitu skizofernia dan gangguan waham sebanyak 414 pasien atau 76,3%. Tingginya jumlah pasien tersebut dapat mengakibatkan timbulnya berbagai masalah psikososial, salah satunya harga diri rendah. Kondisi tersebut memerlukan intervensi keperawatan yang tepat melalui pemberian asuhan keperawatan jiwa untuk mengatasi perasaan negatif sehingga mampu meningkatkan rasa percaya diri dalam kehidupan sehari – hari.

Penanganan masalah harga diri rendah memerlukan penanganan yang tepat untuk mengembangkan penilaian positif terhadap diri, meningkatkan rasa percaya diri dan interaksi sosial. Salah satu upaya penanganan yang dapat dilakukan yaitu melalui penerapan *Expressive Writing Therapy* atau terapi menulis ekspresif

Expressive Writing Therapy atau terapi menulis ekspresif merupakan salah satu bentuk teknik psikoterapi kognitif yang berfokus dan dilakukan melalui aktivitas menulis untuk mengekspresikan perasaan, pikiran dan pengalaman emosional yang dirasakan individu. Melalui proses tersebut dapat membantu individu untuk lebih mampu mengelola emosinya secara lebih baik (Untari dkk., 2025)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Dermawan dkk., 2024) tentang Penatalaksanaan *Expressive Writing Therapy* Pada Pasien Harga Diri Rendah Kronis DI RSJD dr. Arif Zainudin Surakarta didapatkan setelah diberi intervensi mengalami peningkatan penilaian positif terhadap diri sendiri, meningkatnya kontak mata serta mulai mampu berinteraksi dan melakukan aktivitas sesuai kemampuan yang dimiliki. Maka dapat disimpulkan

Expressive Writing Therapy dapat membantu meningkatkan harga diri pasien secara bertahap.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Putra & Yuliana, 2024) tentang *Expressive Writing Therapy* Pada Tn. G dan Tn. Y Dengan Masalah Keperawatan Harga Diri Rendah Kronis Di Ruang Petruk Gareng RSJD Provinsi Jambi didapatkan saat *pretest* Tn. G memiliki skor 10 dan Tn.Y memperoleh skor 8 dari 18 tanda gejala harga diri rendah kronis. Setelah diberi intervensi *expressive writing therapy*, skor *posttest* kedua pasien menurun menjadi 2 dari 18 tanda gejala. Penurunan tersebut menunjukkan bahwa terapi expressive writing efektif dalam membantu mengurangi tanda dan gejala harga diri rendah kronis

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Adila & Sri Wahyuni, 2024) tentang Pengaruh *Expressive Writing Therapy* Terhadap *Self Esteem* Pada Pasien Skizofernia Di RSJ Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang-Malang didapatkan rata-rata skor awal adalah 16,60 dan setelah diberikan intervensi diperoleh rata-rata skor adalah 20,15 yang berarti terdapat peningkatan skor yang menunjukkan meningkatnya harga diri.

Kondisi harga diri rendah yang dialami pasien gangguan jiwa tidak hanya berdampak langsung pada kondisi psikologis, akan tetapi juga sangat dapat mempengaruhi kemampuan pasien dalam menjalankan peran dan berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Oleh karena itu, diperlukannya upaya intervensi yang tepat dalam memberikan asuhan keperawatan jiwa.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka dapat dirumuskan masalah yaitu : Bagaimana penerapan *Expressive Writing Therapy* melalui asuhan keperawatan jiwa pada pasien dengan masalah harga diri rendah di RSJ Prof. Dr. M. Ildrem Medan

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penulis mampu meningkatkan keterampilan dan kemampuan dalam melakukan asuhan keperawatan jiwa dengan penerapan

Expressive Writing Therapy melalui asuhan keperawatan jiwa pada pasien dengan masalah harga diri rendah di RSJ Prof. Dr. M. Ildrem Medan

2. Tujuan Khusus

a. Mampu melakukan pengkajian keperawatan pada klien dengan masalah harga diri rendah di RSJ Prof. Dr. M. Ildrem Medan
b. Mampu menegakkan diagnosis keperawatan pada klien dengan masalah harga diri rendah di RSJ Prof. Dr. M. Ildrem Medan
c. Mampu menyusun rencana keperawatan jiwa pada klien dengan masalah harga diri rendah di RSJ Prof. Dr. M. Ildrem Medan
d. Mampu melakukan implementasi pada klien dengan masalah harga diri rendah melalui asuhan keperawatan jiwa dengan penerapan *Expressive Writing Therapy* di RSJ Prof. Dr. M. Ildrem Medan
e. Mampu melakukan evaluasi keperawatan pada klien dengan masalah harga diri rendah melalui asuhan keperawatan jiwa dengan penerapan *Expressive Writing Therapy* di RSJ Prof. Dr. M. Ildrem Medan
f. Mampu melakukan pendokumentasian keperawatan pada klien dengan masalah harga diri rendah di RSJ Prof. Dr. M. Ildrem Medan

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Klien

Diharapkan dapat membantu meningkatkan harga diri sehingga klien mampu mengekspresikan emosi secara positif, mengenali kemampuan yang dimiliki, meningkatkan kepercayaan diri, serta mengembangkan mekanisme koping yang lebih adaptif.

2. Bagi Pendidikan Keperawatan

Diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber pembelajaran, literatur dan refrensi tambahan bagi mahasiswa keperawatan khususnya pengembangan ilmu pengetahuan di bidang keperawatan jiwa.

3. Bagi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan dapat digunakan dan menjadi pertimbangan bagi tenaga kesehatan dan institusi pelayanan kesehatan sebagai salah satu terapi pendukung atau non farmakologis dalam upaya meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan jiwa.

4. Bagi Penulis Selanjutnya

Diharapkan dapat sebagai acuan atau sarana untuk menambah wawasan dalam melakukan penelitian dan asuhan keperawatan jiwa pada pasien dengan masalah harga diri rendah.