

## PENERAPAN TERAPI MENGGAMBAR PADA PASIEN HARGA DIRI RENDAH

### IMPLEMENTATION OF DRAWING THERAPY ON PATIENTS OF LOW SELF-ESTEEM

Muhammad Bisri Mustofa<sup>1</sup>, Nury Luthfiyatil Fitri<sup>2</sup>, Uswatun Hasanah<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Akademi Keperawatan Dharma Wacana Metro

Email : [muhammadbisrimustofa113@gmail.com](mailto:muhammadbisrimustofa113@gmail.com)

#### ABSTRAK

Kehidupan bersosial tidak akan terjadi dengan baik apabila kita atau salah satu diantara kita mengalami gangguan jiwa atau kondisi jiwa yang tidak sehat. Perasaan negatif terhadap diri sendiri, hilangnya percaya diri dan harga diri, merasa gagal mencapai keinginan juga merupakan harga diri rendah. Harga diri adalah penilaian pribadi terhadap hasil yang dicapai dengan menganalisa seberapa jauh perilaku memenuhi ideal diri. Pasien dengan harga diri rendah harus segera ditangani, salah satu cara menangani pasien harga diri rendah adalah dengan menyentuh sumber coping pasien yaitu bidang kelebihan pasien tersebut baik seni, kecerdasan, pekerjaan, imajinasi dan pendidikan. Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kegiatan pada pasien yang mengalami harga diri rendah adalah dengan terapi menggambar yang merupakan salah satu terapi lingkungan. Tujuan Karya Tulis Ilmiah ini adalah untuk mengetahui Penerapan Terapi Menggambar Pada Pasien Harga Diri Rendah. Desain karya tulis ilmiah ini menggunakan metode studi kasus dengan subyek yang digunakan 2 (dua) orang pasien dengan masalah keperawatan harga diri rendah (HDR). Intervensi terapi menggambar pada karya tulis ilmiah telah dilakukan pada pasien harga diri rendah di ruang Kutilang Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Lampung pada tanggal 24 Juni s.d 26 Juni 2021 dengan jumlah pertemuan 2 kali perhari. Setelah dilakukan penerapan terapi menggambar pada kedua subjek dengan harga diri rendah (HDR), kedua subjek sudah mengalami penurunan tanda gejala harga diri rendah (HDR), presentase menjadi 8% pada subjek I (Tn. S) dan 0% pada subjek II (Tn. I) sehingga semua tanda gejala teratasi.

**Kata Kunci :** Harga Diri Rendah (HDR), Terapi Menggambar

#### ABSTRACT

Social life will not happen well if we or one of us has a mental disorder or an unhealthy mental condition. Negative feelings towards yourself, loss of self-confidence and self-esteem, feeling that you have failed to achieve your desires are also low self-esteem. Self-esteem is a personal assessment of the results achieved by analyzing how far the behavior meets the self-ideal. Patients with low self-esteem must be treated immediately, one way to deal with patients with low self-esteem is to touch the patient's coping sources, namely the patient's strengths in art, intelligence, work, imagination and education. Efforts that can be made to increase activities in patients who experience low self-esteem are drawing therapy which is one of the environmental therapies. The purpose of this scientific paper is to find out the application of drawing therapy to patients with low self-esteem. The design of this scientific paper uses the case study method with the subject of 2 (two) patients with low self-esteem (HDR) nursing problems. Drawing therapy interventions in scientific papers have been carried out on patients with low self-esteem in the Kutilang room of the Lampung Province Mental Hospital from June 24 to June 26 2021 with a total of 2 meetings per day. After applying the signs of symptoms to both subjects after drawing therapy, the percentage decreased to 8% in subject I (Tn. S) and 0% in subject II (Tn. I) so that all signs of symptoms were resolved.

**Keywords:** Low Self-Esteem (HDR), Drawing Therapy

## PENDAHULUAN

Kehidupan manusia tidak akan pernah terlepas dari kehidupan bersosialisasi terhadap antar manusia lainnya. Manusia dapat bersosialisasi dengan baik dikarenakan dukungan banyak faktor, salah satunya adalah faktor kejiwaan<sup>1</sup>.

Gangguan jiwa adalah pola perilaku atau psikologis yang ditunjukkan oleh individu yang menyebabkan *distres*, disfungsi, dan menurunkan kualitas kehidupan. Jiwa yang terganggu bisa terlihat melalui fisik, namun banyak juga yang terlihat baik-baik saja secara fisik, karena hubungan antara kesehatan fisik dan kesehatan mental sangat berkaitan<sup>2</sup>.

Perasaan negatif terhadap diri sendiri, hilangnya percaya diri dan harga diri, merasa gagal mencapai keinginan juga merupakan harga diri rendah. Harga diri adalah penilaian pribadi terhadap hasil yang dicapai dengan menganalisa seberapa jauh perilaku memenuhi ideal diri<sup>3</sup>.

Berdasarkan data pada bulan Agustus tahun 2019 s.d Februari tahun 2020 di Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Lampung khususnya di Ruang Kutilang terdapat 96 pasien dengan 34 (35%) pasien dengan halusinasi, 10 (9%) pasien dengan resiko perilaku kekerasan, 29 (30%) pasien dengan defisit perawatan, 17 (16%) dengan harga diri rendah dan 10 (10%) pasien dengan isolasi sosial (Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Lampung, 2020)<sup>4</sup>.

Pasien dengan harga diri rendah akan tampak bingung, kurang memori dalam jangka waktu panjang atau pendek, kurangnya perhatian merasa putus asa, merasa tidak berdaya, merasa tidak berharga atau tidak berguna, kurang aktivitas atau menurunnya aktivitas yang menyenangkan, menarik diri, kurang sosialisasi, merusak diri.

Pasien dengan harga diri rendah harus segera ditangani, salah satu cara menangani pasien harga diri rendah adalah dengan menyentuh sumber koping pasien yaitu bidang kelebihan pasien tersebut baik seni, kecerdasan, pekerjaan, imajinasi dan pendidikan. Hal tersebut bertujuan untuk membuat pertahanan baik jangka pendek maupun jangka panjang dan perlahan membangkitkan kepercayaan diri pasien dengan mengembangkan kemampuan positif yang pasien miliki sehingga membuat pasien merasa tidak percaya diri dan mengalami harga diri rendah<sup>5</sup>.

Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kegiatan pada pasien yang mengalami harga diri rendah adalah dengan terapi menggambar yang merupakan salah satu terapi lingkungan. Terapi menggambar berkaitan erat dengan stimulasi psikologis seseorang yang akan berdampak pada kesembuhan baik pada kondisi fisik maupun psikologis seseorang<sup>6</sup>.

Tujuan penerapan terapi menggambar adalah untuk meningkatkan harga diri pada pasien dengan masalah keperawatan harga diri rendah (HDR).

## METODE

Karya tulis ilmiah ini menggunakan desain study kasus. Subyek yang digunakan dalam penerapan ini adalah 2 pasien dengan masalah keperawatan harga diri rendah (HDR).

Instrumen penerapan yang digunakan pada pengumpulan data adalah lembar *informed consent*, dan lembar observasi untuk mengukur tanda gejala pada pasien harga diri rendah.

Intervensi terapi menggambar pada karya tulis ilmiah telah dilakukan pada pasien harga diri rendah di ruang Kutilang Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Lampung pada tanggal 24 Juni

s.d 26 Juni 2021 dengan jumlah pertemuan 2 kali perhari.

Analisis data pada karya ilmiah ini berfokus pada evaluasi tindakan. Pasien adalah sumber masukan utama tentang perubahan ini. Perubahan yang dirasakan dalam perilaku harus divalidasi dengan pasien untuk melihat apakah pasien juga merasakannya.

**HASIL**

Penerapan yang dilakukan selama 3 hari terhadap dua pasien memberikan perubahan pada pasien dengan masalah keperawatan harga diri rendah. Adapun hasil tanda gejala yang didapat sebelum dan sesudah melakukan penerapan terapi menggambar ada dalam tabel dibawah ini :

**Tabel 1. Tanda Gejala Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penerapan Terapi Menggambar pada Tn. S**

No	Tanda dan Gejala	Pre		Post	
		H0	H1	H2	H3
<b>A. Tanda dan Gejala Mayor</b>					
1	Menilai diri negative	√	√	-	-
2	Merasa malu/bersalah	√	√	√	-
3	Merasa tidak mampu melakukan apapun	√	√	-	-
4	Merasa tidak memiliki kelebihan atau kemampuan positif	√	√	-	-
5	Melebih-lebihkan penilaian negatif tentang diri sendiri	-	-	-	-
6	Menolak penilaian positif	-	-	-	-

7	tentang diri sendiri Enggan mencoba hal baru	√	-	-	-
8	Berjalan menunduk	√	-	-	-
9	Postur tubuh menunduk	√	-	-	-
<b>B. Tanda dan Gejala Mayor</b>					
1	Kontak mata kurang	√	-	-	-
2	Lesu dan tidak bergairah	√	√	-	-
3	Berbicara pelan dan liris	√	√	√	√
<b>Jumlah</b>		10	6	2	1
<b>Presentase</b>		83%	50%	17%	8%

Berdasarkan tabel 1. di atas dapat diketahui bahwa sebelum dilakukan penerapan terapi menggambar pada subjek I (Tn.S) presentase tanda gejala masih tinggi yaitu 83% dimana terdapat 10 tanda gejala dari 12 tanda dan gejala. Presentase tanda gejala hari pertama setelah penerapan, tanda gejala subjek I (Tn. S) mulai menurun sebanyak 33% sehingga sisa skore menjadi 50%. Hari kedua setelah penerapan, subjek I (Tn. S) mengalami penurunan tanda gejala sebanyak 33% sehingga presentase menjadi 17%. Pada hari ketiga setelah penerapan, tanda gejala pada subjek I (Tn. S) menurun kembali sebanyak 9% sehingga secara keseluruhan total skore dihari ketiga penerapan menjadi 8%.

**Tabel 2. Tanda Gejala Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penerapan Terapi Menggambar pada Tn. I**

No	Tanda dan Gejala	Pre		Post	
		H0	H1	H2	H3
<b>A. Tanda dan Gejala Mayor</b>					
1	Menilai diri	√	√	-	-

	negative				
2	Merasa malu/bersalah	√	√	√	-
3	Merasa tidak mampu melakukan apapun	√	√	-	-
4	Merasa tidak memiliki kelebihan atau kemampuan positif	√	√	-	-
5	Melebih-lebihkan penilaian negatif tentang diri sendiri	-	-	-	-
6	Menolak penilaian positif tentang diri sendiri	-	-	-	-
7	Enggan mencoba hal baru	-	-	-	-
8	Berjalan menunduk	-	-	-	-
9	Postur tubuh menunduk	√	-	-	-
<b>B. Tanda dan Gejala Mayor</b>					
1	Kontak mata kurang	√	-	-	-
2	Lesu dan tidak bergairah	√	√	-	-
3	Berbicara pelan dan lirih	√	√	-	-
	<b>Jumlah</b>	8	6	1	0
	<b>Presentase</b>	67 %	50%	8 %	0%

Berdasarkan tabel 2. di atas dapat diketahui bahwa sebelum dilakukan penerapan terapi menggambar pada subjek II (Tn.I) presentase tanda gejala masih tinggi yaitu 67% dimana ada

sejumlah 8 tanda gejala. Presentase tanda hari pertama setelah penerapan, tanda gejala subjek II (Tn. S) mulai menurun sebanyak 17% sehingga sisa skore menjadi 50%. Hari kedua setelah penerapan, subjek II (Tn. S) mengalami penurunan tanda gejala sebanyak 42% sehingga presentase akhir menjadi 8%. Pada hari ketiga setelah penerapan, tanda gejala pada subjek II (Tn. S) menurun kembali sebanyak 8% sehingga secara keseluruhan total skore dihari ketiga penerapan menjadi 0%.

Terapi menggambar merupakan salah satu cara menangani klien dengan harga diri rendah, sehingga membuat penulis dapat mengkaji status emosional klien dengan harga diri rendah, penyebab harga diri rendah, tanda gejala harga diri rendah, kemampuan positif yang dimiliki klien dan membantu klien mengembalikan kepercayaan dirinya untuk mengembangkan kemampuan positifnya bahkan mencoba hal baru yang mungkin klien memiliki potensi dalam melakukannya. Terapi menggambar berkaitan erat dengan stimulasi psikologis seseorang yang akan berdampak pada kesembuhan baik pada kondisi fisik maupun psikologis seseorang<sup>6</sup>.

## PEMBAHASAN

### Tanda Gejala Subjek Sebelum dan Sesudah Dilakukan Terapi Menggambar

Tanda gejala harga diri rendah sebelum dilakukan penerapan terapi menggambar pada subjek I (Tn.S) dan subjek II (Tn.I) masih tinggi yaitu pada subjek I (Tn. S) dengan total skore 83% begitupun pada subjek II (Tn. I) yaitu dengan skore 67%.

Sesudah dilakukan 3 hari terapi menggambar tanda gejala harga diri rendah mendapatkan hasil perubahan pada subjek I (Tn. S) dan subjek II (Tn. I) mengalami penurunan, subjek I (Tn. S) mengalami penurunan sebanyak 75% sehingga hanya meninggalkan 1 tanda gejala yang belum

teratasi (8%) sedangkan subjek II (Tn. I) tanda gejala menurun sebanyak 100% dimana tidak ada tanda gejala tersisa (0%).

Terapi menggambar memberikan kesempatan kepada pasien untuk mengekspresikan apa yang sedang terjadi dengan dirinya dengan cara melakukan kegiatan menggambar. Kegiatan ini dapat dilakukan secara individu atau berkelompok di berbagai sarana seperti RS, rawat jalan maupun rumah perawatan. Menggambar juga akan menurunkan ketegangan dan memuatkan pikiran pada kegiatan.

Manfaat dari terapi menggambar adalah klien juga mampu mengekspresikan perasaan dan dapat mengingat kegiatan positif yang dapat dilakukannya sehingga dapat melakukan kegiatan secara mandiri dan lebih percaya diri terhadap kemampuan diri<sup>6</sup>.

Pada penerapan ini, terapi menggambar menggunakan gambar apapun yang disukai oleh klien dikarenakan dalam penilaian kemampuan menggambar klien akan diminta untuk menjelaskan isi gambar sehingga penulis menggunakan gambar bebas supaya klien lebih mudah menjelaskan gambar yang memang sengaja klien gambar<sup>6</sup>.

Tujuan dilakukannya terapi kreativitas menggambar untuk mengekspresikan tentang apa yang terjadi dengan dirinya serta memberikan kesempatan melakukan kegiatan pada klien untuk mengembangkan wawasan diri. Selain itu, klien juga mampu mengevaluasi aspek positif terhadap diri sendiri<sup>6</sup>.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penerapan terapi kreativitas menggambar terhadap kedua pasien dengan masalah keperawatan harga diri rendah peneliti mengambil kesimpulan bahwa terapi menggambar yang dilakukan selama 3 hari dapat meningkatkan harga diri pada pasien.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Yusuf, Ah.. dkk, (2015). *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta : Salemba Medika.
2. Azizah, L.M., dkk. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa Teori Dan Aplikasi Praktik Klinik*. [https://www.academia.edu/36593017/Buku\\_Ajar\\_Keperawatan\\_Jiwa\\_Teori\\_dan\\_Aplika\\_si\\_Praktik\\_Klinik](https://www.academia.edu/36593017/Buku_Ajar_Keperawatan_Jiwa_Teori_dan_Aplika_si_Praktik_Klinik) Diunduh pada tanggal 28 Maret 2021 pukul 10.00 WIB.
3. Keliat, A.B., & Akemat. (2009). *Model Praktik Keperawatan Profesional Jiwa*. Jakarta : Buku Kedokteran EGC.
4. RM RSJD Provinsi Lampung 2020
5. Satrio, K.L. dkk., (2015). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Lampung.
6. Mulyawan, M., & Agustina. (2018). *Terapi Kreasi Seni Menggambar Terhadap Kemampuan Melakukan Menggambar Bentuk Pada Pasien Harga Diri Rendah*. <http://journals.stikim.ac.id/index.php/jiiki/article/view/325/251> Diunduh pada tanggal 27 Maret 2021 pada pukul 13.00 WIB.