



BERMAIN LEMPAR TANGKAP BOLA DENGAN KOMBINASI *SELF TALK*
UNTUK MENINGKATKAN KONSEP DIRI PADA PASIEN HARGA DIRI RENDAH
DI RUANG RAWAT INAP JIWA RUMAH SAKIT UMUM SIAGA MEDIKA
BANYUMAS

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ners

Diajukan Oleh :

RIZQI ANGGARA

202403121

PEMINATAN KEPERAWATAN JIWA

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN
PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

2024



BERMAIN LEMPAR TANGKAP BOLA DENGAN KOMBINASI *SELF TALK*
UNTUK MENINGKATKAN KONSEP DIRI PADA PASIEN HARGA DIRI RENDAH
DI RUANG RAWAT INAP JIWA RUMAH SAKIT UMUM SIAGA MEDIKA
BANYUMAS

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ners

Diajukan Oleh :

RIZQI ANGGARA

202403121

PEMINATAN KEPERAWATAN JIWA

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN
PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

2024

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir Ners adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar

Nama : Rizqi Anggara

NIM : 202403121

Tanda Tangan :



Tanggal : 08 September 2025



Universitas Muhammadiyah Gombong

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT karena atas kelimpahan rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan proposal ini dengan judul *Bermain Lempar Tangkap Bola Dengan Kombinasi Self Talk Untuk Konsep Diri Pada Pasien Harga Diri Rendah Di Ruang Rawat Inap Jiwa Rumah Sakit Umum Siaga Medika Banyumas*” Sholawat serta salam tetap tercurahkan kepada Junjungan Nabi Besar Muhammad SAW sehingga penulis mendapat kemudahan dalam menyelesaikan proposal ini. Sehubungan dengan itu, penulis menyampaikan penghargaan dan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

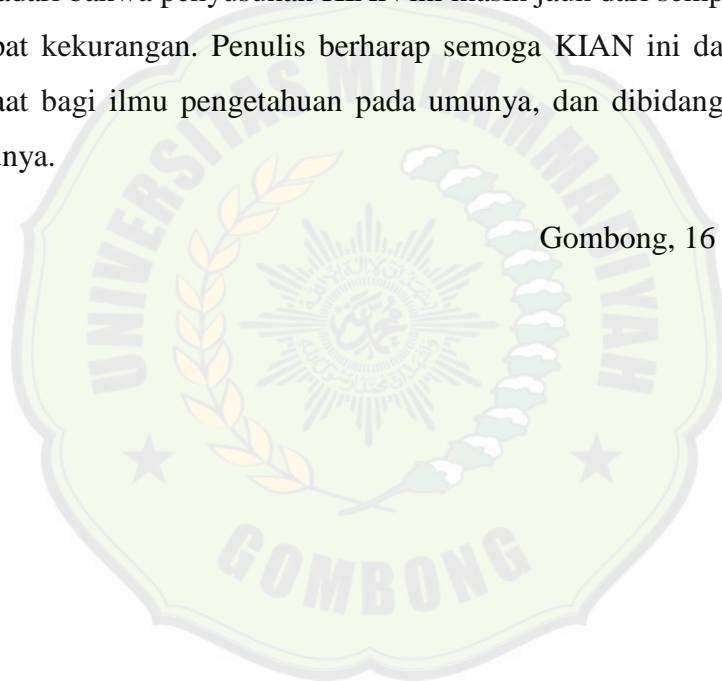
1. Tuhan Yang Maha Esa, yang selalu memberikan kemudahan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Kedua orang tua saya yang telah memberikan motivasi, do'a dan segalanya dalam menyusun skripsi ini.
3. Dr. Hj. Herniyatun, M.Kep.,Sp.Kep.Mat selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gombong.
4. Eka Riyanti, M.Kep., Sp.Kep.Mat selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gombong.
5. Wuri Utami M.Kep selaku Ketua Program Studi Profesi Ners.
6. Arnika Dwi Asti, M.Kep Ketua Dewan Penguji yang telah memberikan arahan, masukan dan saran pada penulis.
7. Dr. Ike Mardiaty Agustin M.Kep selaku pembimbing yang telah berkenan memberikan bimbingan dan pengarahan pada penulis.
8. Direktur RSUD Siaga Medika Banyumas, dr Panji Anggara yang telah memberikan izin dan membantu memberikan data untuk kelancaran penelitian.
9. Teman-teman seperjuangan dari Program Studi Profesi Ners Angkatan 2324 Universitas Muhammadiyah Gombong yang telah saling memberikan semangat dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Responden yang telah meluangkan waktunya untuk membantu penulis dalam menyelesaikan penelitian.

11. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini masih jauh dari kata sempurna dan banyak terdapat kekurangan, mengingat keterbatasan pengetahuan dan kemampuan yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis mengharapkan masukan berupa kritikan dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak untuk kesempurnaan KIAN ini.

Semoga bimbingan dan bantuan serta dorongan yang telah diberikan mendapatkan balasan sesuai dengan amal pengabdian dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa penyusunan KIAN ini masih jauh dari sempurna dan banyak terdapat kekurangan. Penulis berharap semoga KIAN ini dapat memberikan manfaat bagi ilmu pengetahuan pada umumnya, dan dibidang kesehatan pada khususnya.

Gombong, 16 Mei 2025

Rizki Anggara



HALAMAN PERSETUJUAN

BERMAIN LEMPAR TANGKAP BOLA DENGAN KOMBINASI *SELF TALK*
UNTUK MENINGKATKAN KONSEP DIRI PADA PASIEN HARGA DIRI RENDAH
DI RUANG RAWAT INAP JIWA RUMAH SAKIT UMUM SIAGA MEDIKA
BANYUMAS

Disusun Oleh

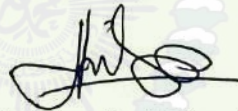
RIZQI ANGGARA

202403121

Telah disetujui dan dinyatakan Telah Memenuhi Syarat untuk diujikan pada

Tanggal, 23 Mei 2025

Pembimbing,



(Dr.Ns. Ike Mardiaty Agustin, M.Kep.,Sp.Kep.J)

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners



(Ns. Wuri Utami, M.Kep)

Universitas Muhammadiyah Gombong

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh :

Nama : Rizqi Anggara

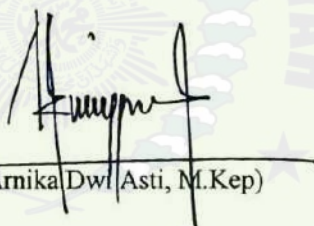
NIM : 202403121

Program studi : Program Profesi Ners

Judul KIA-N : Bermain Lempar Tangkap Bola Dengan Kombinasi *Self Talk* Untuk Konsep Diri Pada Pasien Harga Diri Rendah Di Ruang Rawat Inap Jiwa Rumah Sakit Umum Siaga Medika Banyumas.

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi Universitas Muhammadiyah Gombong.

Penguji satu



(Ns. Arnika Dwi Asti, M.Kep)

Penguji dua



(Dr.Ns. Ike Mardiaty Agustin, M.Kep.,Sp.Kep.J)

Ditetapkan di : Gombong, Kebumen

Tanggal : 08 September 2025

Universitas Muhammadiyah Gombong

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Rizqi Anggara

NIM : 202403121

Program Studi : Profesi Ners Jenis karya : KIA-N

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas skripsi saya yang berjudul:

*BERMAIN LEMPAR TANGKAP BOLA DENGAN KOMBINASI SELF TALK
UNTUK KONSEP DIRI PADA PASIEN HARGA DIRI RENDAH DI RUANG
RAWAT INAP JIWA RUMAH SAKIT UMUM SIAGA MEDIKA BANYUMAS*

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas royalti noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Gombong, Kebumen Pada Tanggal : September 2025

Yang Menyatakan



(Rizqi Anggara)

Universitas Muhammadiyah Gombong

Program Studi Profesi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Gombong
KIAN, Mei 2025
Rizqi Anggara¹), Ike Mardiaty²)
Email

ABSTRAK

BERMAIN LEMPAR TANGKAP BOLA DENGAN KOMBINASI SELF TALK UNTUK KONSEP DIRI PADA PASIEN HARGA DIRI RENDAH DI RUANG RAWAT INAP JIWA RUMAH SAKIT UMUM SIAGA MEDIKA BANYUMAS

Latar belakang : Harga diri yang rendah merupakan evaluasi negatif terhadap diri sendiri, Gejala dari gangguan harga diri yang rendah dapat terlihat melalui perilaku mengkritik diri sendiri dengan penilaian yang *negative*. Evaluasi diri yang negatif harus segera ditangani sehingga tidak muncul masalah lain seperti isolasi sosial.

Tujuan umum : Tujuan studi kasus ini adalah untuk melakukan implementasi kombinasi terapi bermain lempar tangkap bola dengan kombinasi self talk untuk konsep diri pada pasien harga diri rendah di ruang rawat inap jiwa rumah sakit umum siaga medika banyumas

Metode : Studi kasus ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subjek studi kasus adalah 8 pasien skizofrenia dengan harga diri rendah. Instrumen yang digunakan meliputi format asuhan keperawatan, lembar observasi, penilaian konsep diri *RSES* serta SOP bermain lempar tangkap bola dengan kombinasi self talk.

Hasil asuhan keperawatan : Pada pelaksanaan TAK sebanyak 3 kali dengan 8 klien, didapatkan hasil peningkatan harga diri dan konsep diri kearah positif pada 6 klien sementara 2 klien masih menunjukkan konsep diri dalam rentang kurang baik.

Kesimpulan : Bermain lempar tangkap bola dengan kombinasi self talk untuk konsep diri pada pasien harga diri rendah di ruang rawat inap jiwa rumah sakit umum siaga medika banyumas mendapatkan hasil yang cukup signifikan yaitu meningkatkan harga diri dan konsep diri pada pasien jiwa dengan harga diri rendah

Rekomendasi : Diharapkan terapi kombinasi terapi bermain lempar tangkap bola dengan kombinasi self talk untuk konsep diri dapat diterapkan sesuai SOP di rawat inap rumah sakit siaga medika banyumas.

Kata Kunci : Jiwa, Harga diri rendah, *Afirmasi positif*, *Self talk*, Terapi Bermain

¹)Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gombong

²)Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong

*Nursing Profession Study Program
Faculty of Health Sciences
University of Muhammadiyah Gombong
KIAN, May 2025
Rizqi Anggara¹), Ike Mardiaty²)
Email*

ABSTRACT

**PLAYING THROWING CATCH WITH A COMBINATION OF SELF TALK FOR
SELF-CONCEPT IN LOW SELF-ESTEEM PATIENTS IN THE PSYCHIATRIC
INPATIENT ROOM OF THE SIAGA MEDIKA BANYUMAS GENERAL
HOSPITAL**

Background : *Low self-esteem is a negative evaluation of oneself, Symptoms of low self-esteem disorders can be seen through self-critical behavior with negative assessments. Negative self-evaluation must be addressed immediately so that other problems such as social isolation do not arise.*

Objective : *The purpose of this case study is to implement a combination of ball throwing therapy with a combination of self-talk for self-concept in patients with low self-esteem in the psychiatric inpatient room of the siaga medika banyumas general hospital.*

Method : *This case study uses a descriptive method with a case study approach. The case study subjects were 16 schizophrenia patients with low self-esteem. The instruments used include nursing care formats, observation sheets, RSES self-concept assessments and SOPs for playing throwing catch with a combination of self-talk.*

Nursing care outcome : *In the implementation of TAK three times with eight clients, the results showed an increase in self-esteem and self-concept in a positive direction in six clients, while two clients still showed a self-concept in the poor range.*

Conclusion : *Playing throwing catch with a combination of self-talk for self-concept in low self-esteem patients in the psychiatric inpatient room of the siaga medika banyumas general hospital has significant results, namely increasing self-esteem and self-concept in mental patients with low self-esteem.*

Recommendation : *It is hoped that the combination therapy of playing therapy throwing catch the ball with a combination of self-talk for self-concept can be applied according to the SOP in the hospitalization of the siaga medika banyumas hospital.*

Keyword : *Mental, Low self-esteem, Positive affirmations, Self talk, Play therapy*

¹) *Student of Universitas Muhammadiyah Gombong*

²) *Lecture of Universitas Muhammadiyah Gombong*

Daftar Isi

Cover.....	i
Halaman Cover.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	vi
HALAMAN PENGESAHAN.....	vii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	viii
ABSTRAK.....	ix
ABSTRACT.....	x
Daftar Isi.....	xi
Daftar Tabel.....	xiii
Daftar Gambar.....	xiv
Daftar Lampiran.....	xv
PENDAHULUAN.....	1
A. Analisis Situasi.....	1
B. Permasalahan Mitra.....	5
C. Tujuan Kegiatan.....	6
1. Tujuan umum.....	6
2. Tujuan khusus.....	6
3. Manfaat Kegiatan.....	6
BAB II.....	7
SOLUSI YANG DITAWARKAN.....	7
A. Terapi Aktifitas Kelompok.....	7
1. Pengertian.....	7
2. Jenis Jenis Terapi Aktifitas Kelompok.....	7
3. Asuhan Keperawatan Harga Diri Rendah.....	9
B. Implementasi.....	12

1. Pengertian	12
2. Manfaat	12
3. Jenis Self Talk.....	15
4. Cara Memulai Aktifitas Self Talk.....	16
5. Tahap Melakukan <i>Self Talk</i> (Terapi Bermain).....	17
BAB II.....	18
METODE PELAKSANAAN	18
A. Tahap Persiapan.....	18
B. Tahap Pelaksanaan.....	18
C. Tugas dan Peran.....	22
D. Tahap Evaluasi.....	23
E. Rencana Tindak Lanjut.....	23
BAB IV.....	24
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	24
A. Tempat Pelaksanaan.....	24
B. Waktu Pelaksanaan	24
C. Jumlah Peserta	24
D. Tahap Kegiatan	24
E. Karakteristik Peserta	27
F. Pengukuran Konsep Diri (Pre dan Post)	28
G. Pembahasan.....	31
H. Keterbatasan <i>Project Base</i>	38
BAB V	39
KESIMPULAN DAN SARAN.....	39
A. Kesimpulan	39
B. Saran	40
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

Daftar Tabel

Tabel 3.1 Tahap terapi bermain

Tabel 4.1 Karakteristik klien HDR di ruang Asoka

Tabel 4.2 Analisa Pengukuran Konsep Diri dan Pengukuran Harga Diri pada pasien setelah mengikuti terapi *self talk* (TAK Pertama)

Tabel 4.3 Analisa Pengukuran Konsep Diri dan Pengukuran Harga Diri pada pasien setelah mengikuti terapi *self talk* (TAK Kedua)

Tabel 4.4 Analisa Pengukuran Konsep Diri dan Pengukuran Harga Diri pada pasien setelah mengikuti terapi *self talk* (TAK Ketiga)



Daftar Gambar

Gambar 3.1 Setting Tempat Terapi Aktifitas Kelompok



Daftar Lampiran

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan

Lampiran 2 Lembar Konsultasi

Lampiran 3 Lembar *Inform Consent*

Lampiran 4 Lembar SOP Self Talk

Lampiran 5 Lembar Instrumen Konsep Diri (*RSES*)

Lampiran 6 Lembar Evaluasi Konsep Diri

Lampiran 7 Lembar Uji *Similarity*

Lampiran 8 Lembar Dokumentasi



BAB I

PENDAHULUAN

A. Analisis Situasi

Gangguan jiwa adalah suatu keadaan kesehatan di mana individu mengalami perubahan dalam cara berpikir, perasaan, atau perilaku, atau kombinasi dari ketiga aspek tersebut (American Psychiatric Association, 2007).

Kesehatan mental menurut WHO (Organisasi Kesehatan Dunia) didefinisikan sebagai keadaan di mana individu merasa sehat dan bahagia, mampu mengatasi tantangan hidup, serta dapat menerima orang lain dengan baik. Selain itu, individu tersebut juga memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain (WHO, 2022).

Kesehatan Jiwa merujuk pada keadaan di mana seseorang dapat tumbuh dan berkembang dalam aspek fisik, mental, spiritual, dan sosial. Dalam kondisi ini, individu mampu mengenali potensi diri, mengatasi stres, berfungsi secara produktif, serta memberikan sumbangsih kepada masyarakat di sekitarnya (Depkes, 2019).

Seseorang dianggap memiliki kesejahteraan mental apabila ia dapat menjaga keseimbangan fungsi psikologis yang dimilikinya. Jika keseimbangan tersebut tidak terwujud, individu tersebut berisiko mengalami stres yang dapat berujung pada gangguan mental. Salah satu jenis gangguan mental yang mungkin terjadi adalah skizofrenia (Rita Donna Marlina et al., 2024).

Menurut Rosenberg, harga diri adalah penilaian subjektif terhadap pikiran dan perasaan individu. Dalam konteks ini, harga diri berfungsi sebagai filter yang mempengaruhi bagaimana informasi eksternal dapat berdampak baik atau buruk terhadap suasana hati dan perilaku seseorang. Dengan demikian, harga diri memiliki peranan yang signifikan dalam perkembangan kesehatan mental, termasuk dalam aspek hubungan sosial, kesehatan fisik, prestasi akademik, serta kemampuan dalam mengatasi stres (Rosenberg, 2015).

Skizofrenia memiliki hubungan yang kuat dengan konsep diri yang negatif. Hal ini sering kali diidentifikasi dengan rendahnya harga diri, yang ditandai oleh pandangan negatif terhadap diri sendiri, emosi yang belum terselesaikan, serta perilaku agresif baik terhadap orang lain maupun diri sendiri, yang dapat mengakibatkan masalah dalam interaksi sosial (Indah Permata Sembiring et al., 2023).

Harga diri yang rendah merupakan perasaan negatif terhadap diri sendiri yang mengakibatkan kurangnya rasa percaya diri, sikap pesimis, perasaan tidak berharga dalam kehidupan, serta perilaku yang menghambat pencapaian ideal diri dalam mencapai tujuan (Indah Permata Sembiring et al., 2023).

Berdasarkan penelitian (Hafsah Welemuly & Sri Nyumirah, 2022) Klien yang memiliki harga diri rendah berisiko mengalami masalah gangguan mental lainnya, termasuk isolasi sosial. Jika tidak segera mendapatkan terapi yang tepat, klien dengan harga diri rendah cenderung akan menarik diri dari interaksi sosial. Kebiasaan ini dapat memicu munculnya masalah isolasi sosial serta meningkatkan risiko perilaku kekerasan, yang disebabkan oleh ketidakpuasan terhadap situasi tertentu akibat merasa direndahkan oleh orang lain, yang pada akhirnya dapat berujung pada tindakan merusak lingkungan dan melukai orang lain.

Menurut (WHO, 2022) di tahun 2022, Prevalensi gangguan mental di seluruh dunia diperkirakan mencapai sekitar 24 juta individu yang mengalami masalah kesehatan mental. Berdasarkan data dari Riskesdas 2018, prevalensi depresi di kalangan penduduk berusia 15 tahun ke atas adalah 6,1%, yang setara dengan sekitar 12 juta orang. Selain itu, proporsi gangguan mental berat, seperti skizofrenia, tercatat sebanyak 7 per 1000 penduduk, yang berarti sekitar 1,6 juta orang.

Berdasarkan (Dinas Kesehatan Kabupaten Banyumas, 2023), Pelayanan kesehatan jiwa merupakan layanan yang ditujukan bagi pasien yang mengalami masalah kejiwaan, yang mencakup gangguan dalam aspek emosional, proses berpikir, serta perilaku yang dapat menyebabkan penderitaan bagi individu atau menghambat pelaksanaan peran sosialnya.

Pelayanan kesehatan jiwa di fasilitas kesehatan, baik pemerintah maupun swasta, pada tahun 2022 mencapai 77.017 orang. Angka ini menunjukkan peningkatan dibandingkan tahun 2021 yang tercatat sebanyak 54.578 orang. Peningkatan jumlah pasien dengan gangguan jiwa atau penurunan kesehatan mental ini menjadi perhatian yang lebih serius.

Harga diri yang rendah merupakan evaluasi negatif terhadap diri sendiri yang disertai dengan perasaan lemah, tidak berdaya, putus asa, ketakutan, kerentanan, kerapuhan, ketidaksempurnaan, serta perasaan tidak kompeten (Hafsah Welemuly & Sri Nyumirah, 2022).

Sebagian besar individu yang mengalami gangguan harga diri yang rendah menunjukkan berbagai tanda dan gejala, antara lain kecenderungan untuk mengkritik diri sendiri, perasaan ketidakmampuan, pandangan hidup yang pesimis, penurunan produktivitas, serta penolakan terhadap kemampuan yang dimiliki (Amalia et al., 2023) hal ini sejalan dengan (PPNI, 2017) Gejala dari gangguan harga diri yang rendah dapat terlihat melalui perilaku mengkritik diri sendiri dengan penilaian yang negatif.

Perawat berperan dalam mengatasi masalah harga diri yang rendah melalui penyediaan asuhan keperawatan, Menurut (SIKI, 2018) Intervensi terhadap pasien yang memiliki harga diri rendah memerlukan pendekatan manajemen perilaku. Dalam hal ini, perawat berperan penting untuk mengidentifikasi dan mengatasi perilaku negatif yang ditunjukkan oleh pasien. Contoh dari intervensi ini meliputi pengenalan harapan, pembahasan mengenai tanggung jawab yang dapat diukur, serta peningkatan terapi aktivitas yang bertujuan untuk memperkuat kepercayaan diri klien melalui penghargaan atau afirmasi positif.

Menurut (Triari, 2022) Dalam memberikan perawatan kepada pasien yang mengalami gangguan harga diri rendah selama tujuh hari, membangun hubungan saling percaya, memilih kegiatan yang akan dilakukan, melatih kegiatan tersebut, serta mengintegrasikannya ke dalam jadwal harian menunjukkan hasil yang memuaskan. Masalah harga diri yang rendah dapat diatasi, terbukti dari pernyataan pasien yang merasa senang dapat melakukan

aktivitas rumah tangga, klien telah mampu melaksanakan keterampilan yang dilatih secara mandiri, dan klien juga dapat melatih cara menjaga kebersihan diri.

Pembicaraan diri adalah suatu bentuk dukungan internal yang melibatkan pengakuan dan penguatan terhadap kualitas positif dalam diri sendiri secara konsisten. Hal ini dapat membantu individu dalam mengatasi ketakutan dan keraguan, meningkatkan rasa percaya diri, serta memperkuat keyakinan terhadap kemampuan diri. Melakukan afirmasi positif setiap hari juga berperan penting dalam mengurangi pikiran negatif dan membantu individu untuk memandang diri mereka dengan cara yang lebih positif (Guindon, 2009). Salah satu contoh penerapan afirmasi positif adalah ketika Anda menyatakan "saya jelek," maka dengan menggunakan afirmasi positif, pernyataan tersebut dapat diubah menjadi "saya dapat berbandan untuk terlihat menarik".

Berdasarkan (Putra, 2023) Teknik self talk berperan penting dalam membantu individu dengan harga diri rendah untuk mencapai respon emosional yang lebih baik. Dengan mengubah kebiasaan-kebiasaan negatif, teknik ini juga efektif dalam menanggulangi kesalahan berpikir, dengan cara menggantikan pikiran-pikiran irasional dengan yang lebih rasional, yang tentunya mendukung pemikiran positif. Hal ini sejalan dengan (Safitri & Sari, 2024) Self-talk dapat berperan dalam meningkatkan konsep diri pada individu dengan harga diri rendah, termasuk mereka yang mengalami penyalahgunaan verbal.

Rumah Sakit Umum Siaga Medika Banyumas adalah sebuah fasilitas kesehatan yang memiliki unit khusus untuk perawatan jiwa dengan kapasitas 20 tempat tidur. Tingkat keterisian ruangan (BOR) dalam satu bulan mencapai 100%. Dari bulan Januari hingga Oktober, tercatat 486 pasien jiwa, sedangkan pada bulan November terdapat 37 pasien jiwa, di mana 15 di antaranya mengalami masalah harga diri yang rendah. Berdasarkan studi pendahuluan tersebut, penulis berminat untuk menerapkan intervensi Terapi

Bermain yang dipadukan dengan Self Talk bagi pasien jiwa di Rumah Sakit Umum Siaga Medika Banyumas.

B. Permasalahan Mitra

Rumah Sakit Umum Siaga Medika Banyumas adalah sebuah fasilitas kesehatan yang awalnya dikenal dengan keunggulan dalam bidang bedah tulang. Sejak tahun 2019, rumah sakit ini mulai menyediakan layanan rawat inap khusus untuk pasien dengan gangguan jiwa. Namun, hingga saat ini, pendekatan pengobatan yang diterapkan lebih terfokus pada pemberian terapi obat, sementara terapi kegiatan atau bermain bagi pasien jiwa masih sangat terbatas. Akibatnya, beberapa pasien yang mengalami masalah harga diri rendah cenderung merasa kurang percaya diri saat diperbolehkan pulang oleh dokter yang bertanggung jawab. Hal ini terlihat dari perilaku beberapa pasien yang masih berjalan dengan menunduk ketika diizinkan untuk pulang.

Pasien yang dirawat di ruang rawat inap jiwa adalah individu yang mengalami masalah harga diri akibat penolakan dari orang lain, gangguan fungsi tubuh, serta ketidakpuasan terhadap kenyataan yang ada. Selama ini, pendekatan yang dilakukan masih terfokus pada identifikasi dan ekspresi perasaan pasien, diikuti dengan pemberian terapi obat secara langsung. Menurut penulis, intervensi yang ada belum sepenuhnya tepat karena lebih menekankan pada terapi farmakologi. Oleh karena itu, diharapkan tindakan keperawatan dapat dilanjutkan dengan metode self talk sesuai dengan teori yang relevan (keliat anna budi, akemat, 2011) dengan demikian, kemampuan serta aspek positif yang dimiliki oleh klien dapat diidentifikasi dengan baik, dan diharapkan harga diri pasien, khususnya anak, akan meningkat.

C. Tujuan Kegiatan

1. Tujuan umum

Tujuan umum : Memberikan terapi bermain lempar tangkap bola dengan kombinasi *self talk* untuk meningkatkan konsep diri pada pasien dengan masalah keperawatan harga diri rendah.

2. Tujuan khusus

Tujuan khusus dari intervensi ini adalah:

- a. Mengukur konsep diri pasien sebelum dan sesudah diberikan self talk.
- b. Mengukur kemampuan pasien dalam melakukan terapi self talk.
- c. Melakukan analisis terhadap perilaku pribadi dan dampak yang ditimbulkannya.
- d. Menentukan metode untuk menerapkan kontrol dan memengaruhi hasil.
- e. Dapat menerapkan self talk dengan memberikan afirmasi positif secara mandiri

3. Manfaat Kegiatan

- a. Klien dapat menghargai diri sendiri, melaksanakan afirmasi, serta mengenali kemampuan dan aspek positif yang masih dimiliki.
- b. Sebagai metode terapi yang dapat digunakan oleh perawat untuk klien yang mengalami masalah keperawatan terkait harga diri yang rendah.
- c. Membangun hubungan saling percaya antara perawat dan pasien di unit perawatan jiwa Rumah Sakit Umum Siaga Medika Banyumas.

DAFTAR PUSTAKA

- Aldam, S. F. S., & Wardani, I. Y. (2019). Efektifitas penerapan standar asuhan keperawatan jiwa generalis pada pasien skizofrenia dalam menurunkan gejala halusinasi. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(2), 165.
<https://doi.org/10.26714/jkj.7.2.2019.167-174>
- Amalia, N., Wijaya, S., & Karyawati, T. (2023). Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Nn . R Dengan Masalah Utama Gangguan Konsep Diri : Harga Diri Rendah Di Ruang Dewaruci RSJD dr . Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal Mahasiswa Ilmu Kesehatan*, 1(4).
- American Psychiatric Association. (2007). APA dictionary of psychology. In *Choice Reviews Online* (Vol. 44, Issue 06).
<https://doi.org/10.5860/choice.44-3029>
- Apryani, D. (2022). *Buku Ajar Anak Dlll Keperawatan* (Jilid 1). Mahakarya Citra Utama Group.
https://www.google.co.id/books/edition/Buku_Ajar_Anak_DIII_Keperawatan_Jilid_II/WI6tEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=etiologi+pneumonia+pada+dewasa&pg=PA38&printsec=frontcover
- Ardika, N. A., Mubin, M. F., Rejeki, S., Pohan, V. Y., & Samiasih, A. (2021). Pengaruh Terapi Afirmasi Positif Terhadap Quality Of Life Pasien Harga Diri Rendah pada Skizofrenia di RSJD Dr. Arif Zainuddin Surakarta. *Universitas Muhammadiyah Semarang*, 4, 1590–1599.
- Bradley, T. E., & Sutjipt, H. P. (2015). Teknik yang Harus Diketahui setiap konselor. In *Pustaka Pelajar*. Pustaka Belajar.
- Burnett. (2000). *Self-talk in upper primary school children: Its relationship with irrational beliefs, self-esteem and depressio*.
- Depkes. (2019). *Kementerian Kesehatan RI*.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Banyumas. (2023). *Profil Dinas Kesehatan Banyumas*.
- Guindon, M. H. (2009). Self-esteem across the lifespan: Issues and interventions. In *Self-Esteem Across the Lifespan: Issues and Interventions*.
<https://doi.org/10.4324/9780203884324>
- Hafsah Welemuly, & Sri Nyumirah. (2022). Studi kasus : Asuhan Keperawatan Pada Pasien dengan Harga Diri Rendah. *Buletin Kesehatan: Publikasi Ilmiah Bidang Kesehatan*, 6(2), 162–172.
<https://doi.org/10.36971/keperawatan.v6i2.123>
- Hatzigeorgiadi. (2007). *The Moderating Effect of Self-Talk Content on Self-Talk*

Function.

- Indah Permata Sembiring, Ritha F Dalimunthe, & Parapat Gultom. (2023). the Effect of Self-Esteem in Organization and Self-Awareness on Employee Performance With Organizational Commitment As a Mediation Variable in Astra Credit Companies Medan Branch. *International Journal of Economic, Business, Accounting, Agriculture Management and Sharia Administration (IJEAS)*, 3(2), 581–593. <https://doi.org/10.54443/ijebas.v3i2.813>
- keliat anna budi, akemat, novy helenanurhaeni heni. (2011). *keperawatan kesehatan jiwa komunitas CMHN(basic course)*. EGC.
- Mangande, J. A. S., Desi, D., & Lahade, J. R. (2021). Kualitas Pernikahan dan Status Kesehatan Mental pada Perempuan yang Menikah Usia Dini. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9(2), 293. <https://doi.org/10.26714/jkj.9.2.2021.291-306>
- Marhani, I., Sahrani, R., & Monika, S. (2018). EFEKTIVITAS PELATIHAN SELF-TALK UNTUK MENINGKATKAN HARGA DIRI REMAJA KORBAN BULLYING (Studi pada Siswa SMP X Pasar Minggu). *Inspiratif Pendidikan*, 7(1), 11. <https://doi.org/10.24252/ip.v7i1.4929>
- Miftaachul Muharrom, M. D. (2020). Hubungan Usia , Jenis Kelamin , Aktivitas Fisik terhadap Depresi pada Lansia di Samarinda. *Borneo Student Research*, 1(3), 1359–1364.
- Nazmy. (2012). *Teknik Afirmasi Positif*. EGC.
- PPNI. (2017). *Standard Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik* (Edisi 1).
- Putra. (2023). *Self Talk Harga Diri Rendah*.
- Rita Donna Marlina, Ayu Pratiwi, & Mentari Mentari. (2024). Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Gangguan Persepsi Sensori : Halusinasi Penglihatan dan Pendengaran Dengan Pemberian Intervensi Terapi Musik Dangdut di Yayasan Rehabilitasi Mental Griya Bhakti Medika. *DIAGNOSA: Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Keperawatan*, 2(2), 104–110. <https://doi.org/10.59581/diagnosa-widyakarya.v2i2.3141>
- Rosenberg, M. (2015). Society and the adolescent self-image. *Society and the Adolescent Self-Image*, 1–326. <https://doi.org/10.2307/2575639>
- Safitri, R. D., & Sari, F. S. (2024). Self Talk Meningkatkan Harga Diri Rendah Remaja Korban Verbal Abuse. *Solo Nursing Journal*, 1(1), 28–38. <http://solonursingjournal.org/index.php/data/article/view/7%0Ahttps://solonursingjournal.org/index.php/data/article/download/7/6>
- SIKI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia : Definisi dan Tindakan Keperawatan (1st ed, Vol. 2)*. DPP PPNI.

Stuart G. (2016). Principles and Practice of Psychiatric Nursing. In *Principles and Practice of Psychiatric Nursing* (9th ed.). Elsevier.
<https://doi.org/10.5005/jp/books/11081>

Susanto, B. (2024). Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) Di Puskesmas Kota Rantauprapat Susanto Bambang : Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) Di Puskesmas Kota Rantau. 7(1), 71–77.
<https://jurnal.uisu.ac.id/index.php/best/article/view/9599/6629>

Triari, D. (2022). Anaalisis Asuhan Keperawatan Harga diri rendah. *Occupational Medicine*, 53(4), 246–248. <http://eprints.umm.ac.id/26032/2/jiptumpp-gld-diahtriari-38155-2-bab1.pdf>

WHO. (2022). *Kesehatan Jiwa* (Issue February).
<http://www.mitrawacanamedia.com>



L

A

M

P

I

R

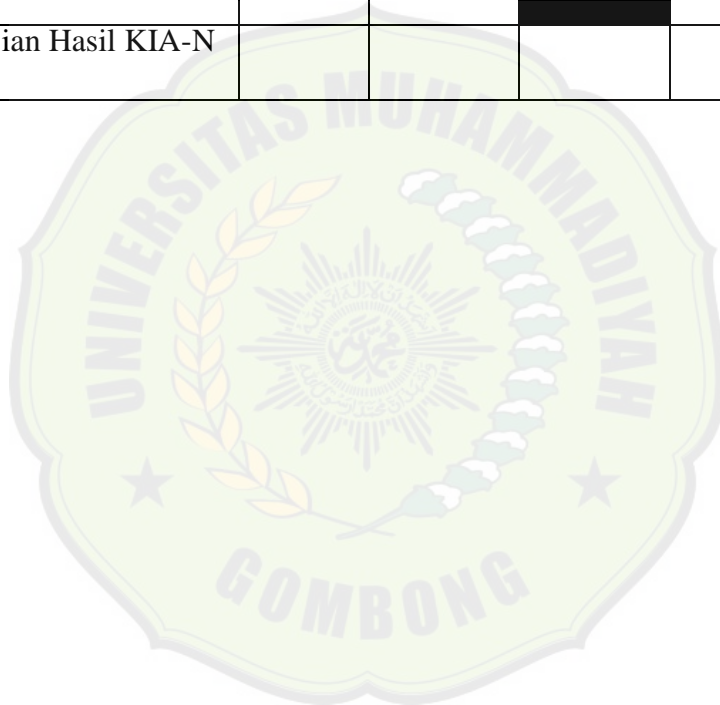
A

N



Lampiran 1. Jadwal Kegiatan

No	Kegiatan	Bulan/ Tahun				
		Oktober 2024	November 2024	Desember 2024	Januari 2025	Mei 2025
1	Menentukan Tema	■				
2	Penyusunan Bab 1-3		■			
3	Seminar Proposal			■		
5	Penyusunan Bab 4-5			■		
6	Ujian Hasil KIA-N					■

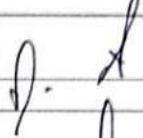



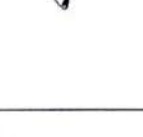






UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS
JL. Yos Sudarso No. 461, Telp. Fax. (0287) 472433, Gombong 54412

Nama Mahasiswa : Rizqi Anggara
 NIM : 202403121
 Pembimbing : Dr. Ike Mardiaty Agustin, M.Kep, Sp.Kep.J

Tanggal Bimbingan	Topik / Materi Bimbingan	Paraf Pembimbing
29 Oktober 2024	Konsul Judul KIA-N ACC judul Judul : Bermain Lempar Tangkap Bola dengan Kombinasi Self Talk Untuk Meningkatkan Afirmasi Positif Pada Pasien Harga Diri Rendah di Ruang Rawat Inap Jiwa Rumah Sakit Umum Siaga Medika Banyumas.	
05 November 2024	Revisi BAB 1 <ul style="list-style-type: none"> - Judul dirubah konsep diri - Analisis situasi konsep gangguan jiwa pada pasien HDR - Jurnal asuhan keperawatan konsep diri - Keefektifan self talk terhadap konsep diri menurut jurnal - Tujuan disesuaikan dengan saran pembimbing 	
06 November 2024	ACC BAB 1 <ul style="list-style-type: none"> - Daftar pustaka dibuat otomatis - Permasalahan mitra ditambah latar belakang - Lanjut BAB 2 	
19 November 2024	ACC BAB 1 dan 2 <ul style="list-style-type: none"> - Silahkan lanjut bab 3 	
20 November 2024	Konsul BAB 3	
29 November 2024	Konsul Offline Di kampus <ul style="list-style-type: none"> - Revisi perbaikan latar belakang ditambah BOR dan Jumlah pasien jiwa - Metode pelaksanaan lebih detail - Lembar pengukuran konsep diri - Lembar observasi dan evaluasi tanda gejala - Tata naskah penomoran halaman 	

30 November 2024	Uji Turnitin - Lolos 15%	
16 Januari 2025	Ujian proposal	
28 Januari 2025	Konsul Post sempro - Revisi SOP self talk - Revisi kuisioner lebih simple - Setting tempat diperbaiki	
04 Februari 2025	Konsul Post Sempro - ACC Bab 1-3 - Lanjut BAB 4 dan 5	
17 April 2025	Konsul Bab 4 - Perbaiki deskripsi penulisan tabel hasil - Laporan keuangan dihapus saja - Pembahasan peningkatan kemampuan diperluas - Karakteristik klien dijabarkan/dibahas - Lanjut bab 5, Abstract	
15 Mei 2025	Konsul Bab 5 - ACC Bab 5 - Lanjut turnitin - ACC turnitin 18% - Lanjut daftar ujian	
16 Mei 2025	Persiapan Pendaftaran Ujian - TTD Similarity ke perpustakaan - Pengumpulan naskah cetak - Daftar Ujian Hasil	

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Profesi
Guru

(Wuri Ulami, M.Kep)

Lampiran 3. *Informed Consent*

INFORMED CONCENT

(Persetujuan Menjadi Partisipasi)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai project terapi bermain yang akan dilakukan oleh Rizqi Anggara dengan judul “Bermain Lempar Tangkap Bola Dengan Kombinasi Self Talk Untuk Meningkatkan Konsep Diri Pada Pasien Harga Diri Rendah di Ruang Rawat Inap Jiwa Rumah Sakit Umum Siaga Medika Banyumas”.

Saya memutuskan setuju untuk ikut berpartisipasi pada studi kasus ini secara sukarela tanpa paksaan. Bila selama studi kasus ini saya menginginkan mengundurkan diri, maka saya dapat mengundurkan sewaktu-waktu tanpa sanksi apapun.

Banyumas, 2024

Saksi

Yang Membuat Pernyataan

(Rizqi Anggara)

(.....)

Lampiran 4. SOP Self Talk

STANDAR PROSEDUR OPERASIONAL	Self Talk
PENGERTIAN	Teknik seseorang berbicara kepada diri sendiri supaya mampu merubah sikap, persepsi, cara berfikir, dan pemahaman yang irrasional menjadi pemahaman yang rasional sehingga dapat mengembangkan diri serta meningkatkan konsep dirinya melalui tingkah laku yang positif.
TUJUAN	<ol style="list-style-type: none"> a. Meningkatkan harga diri b. Meningkatkan kepercayaan diri c. Mengendalikan emosi negatif
INDIKASI	Terapi ini diindikasikan bagi klien yang mengalami harga diri rendah, kepercayaan diri rendah, ataupun emosi diri negative
PERSIAPAN ALAT	Memodifikasi lingkungan dengan memberikan kenyamanan
PROSEDUR	<p>Pra Interaksi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan verifikasi data <p>Tahap Orientasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Memberikan salam dan memperkenalkan diri 2. Kontrak waktu, topik, tempat pada klien 3. Klien diberikan tentang hal-hal yang akan dilakukan 4. Jaga privasi 5. Anjurkan klien dengan posisi nyaman mungkin <p>Tahap Validasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Menanyakan perasaan pasien saat ini. 2. Menanyakan keluhan pasien saat ini. <p>Tahap Kerja</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Klien dibantu untuk memfokuskan pikirannya 2. Klien dibantu mengidentifikasi agar mengetahui Self talk negative pada dirinya 3. Klien dibantu untuk melawan self talk negatifnya. Seperti “apa yang bisa saya lakukan untuk membantu diri saya?” 4. Klien dibantu untuk mencari sisi positif dari apa yang dialami

	<p>5. Klien dibantu untuk menyusun kalimat positif untuk melawan self talk negative yang dialami dirinya. Seperti “aku tidak harus mendapatkan apa yang aku inginkan, tetapi aku harus belajar bersyukur atas apa yang ada saat ini”</p> <p>6. Self talk ini dilakukan sesuai dengan kebutuhan klien.</p> <p>Tahap Terminasi</p> <ol style="list-style-type: none">1. Melakukan evaluasi tindakan2. Membaca hamdalah dan berpamitan dengan klien3. Mencatat kegiatan dalam lembar catatan
--	--



Lampiran 5. Instrumen Konsep Diri

Nama :

Umur :

Jenis Kelamin :

Diagnosa :

INSTRUMEN PENGUKURAN KONSEP DIRI

ROSENBERG SELF ESTEEM SCALE (RSES)

No	Pernyataan	Skor			
		0	1	2	3
1	Saya merasa saya adalah seorang yang berharga, setidaknya sejajar dengan orang lain	0	1	2	3
2	Saya merasa bahwa saya memiliki sejumlah kualitas yang bagus	0	1	2	3
3	Saya cenderung merasa bahwa saya gagal	0	1	2	3
4	Saya merasa saya mampu melakukan sesuatu sebaik orang lain	0	1	2	3
5	Saya merasa saya tidak memiliki banyak hal untuk dibanggakan	0	1	2	3
6	Saya memiliki penilaian yang positif ke diri saya	0	1	2	3
7	Secara umum saya merasa puas dengan diri saya	0	1	2	3
8	Saya harap saya bisa lebih menghargai diri sendiri	0	1	2	3
9	Saya Kadang-kadang merasa tidak berguna	0	1	2	3
10	Saya terkadang berpikir bahwa saya tidak baik sama sekali	0	1	2	3

Cara menilai/skoring :

Untuk pernyataan 1, 2, 4, 6 dan 7 :

Sangat tidak setuju : 0

Tidak setuju : 1

Setuju : 2

Sangat setuju : 3

Untuk pernyataan 3, 5, 8, 9 dan 10

Sangat tidak setuju : 3

Tidak setuju : 2

Setuju : 1

Sangat setuju : 1

Nilai : Rentang skala 0-30. Skor antara 15-25 termasuk dalam rentang normal.

Skala dibawah 15 menunjukkan harga diri rendah

Lampiran 6. Lembar Evaluasi Konsep Diri

Pertemuan Pekan : 1

Tanggal :

No	Klien	Konsep Diri (Positif/Negatif)		Harga Diri (Meningkat/Menurun)	
		Sebelum TAK	Sesudah TAK	Sebelum TAK	Setelah TAK
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					

Harga Diri (L.09069), Ekspektasi Meningkatkan (SLKI, 2017)

Tanda/Gejala	Menurun	Cukup Menurun	Sedang	Cukup Meningkatkan	Meningkat
Penilaian diri positif	1	2	3	4	5
Perasaan memiliki kemampuan positif	1	2	3	4	5
Penerimaan penilaian positif terhadap diri sendiri	1	2	3	4	5
Minat mencoba hal baru	1	2	3	4	5
Berjalan menampakkan wajah	1	2	3	4	5

Lampiran 7. Uji Similarity



SURAT PERNYATAAN CEK SIMILARITY/PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:


Nama : Sawiji, M.Sc
NIK : 96009
Jabatan : Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

Menyatakan bahwa karya tulis di bawah ini **sudah lolos** uji cek similarity/plagiasi:

Judul : BERMAIN LEMPAR TANGKAP BOLA DENGAN KOMBINASI *SELF TALK* UNTUK
MENINGKATKAN KONSEP DIRI PADA PASIEN HARGA DIRI RENDAH DI RUANG RAWAT INAP
JIWA RUMAH SAKIT UMUM SIAGA MEDIKA BANYUMAS

Nama : Rizqi Anggara
NIM : 202403124
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Hasil Cek : 18%

Gombong, 16 Mei 2025

Pustakawan

(Aulia Fahmahyanti)

Mengetahui,
Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

(Sawiji, M.Sc)

Lampiran 8. Dokumentasi









