

## **PENGARUH *LIFE REVIEW THERAPY* TERHADAP HARGA DIRI RENDAH PADA PASIEN GANGGUAN JIWA DI UPT BINA LARAS DINAS SOSIAL PROVINSI RIAU**

Desti Puswati<sup>1\*</sup>, Andini Romantia<sup>2</sup>, Yeni Devita<sup>3</sup>, Yureya Nita<sup>4</sup>, Alfianur<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup> IKES Payung Negeri Pekanbaru

Korespodensi : destipus@gmail.com

### **Abstrak**

Harga diri mempengaruhi motivasi, perilaku fungsional, dan kepuasan hidup, dan berhubungan signifikan dengan kebahagiaan seumur hidup. Harga diri yang rendah dapat dikaitkan dengan fenomena negatif, seperti masalah yang berhubungan dengan penyalahgunaan alkohol dan obat-obatan, kekerasan, depresi, kecemasan sosial, isolasi sosial dan peningkatan angka bunuh diri. *Life review therapy* merupakan salah satu psikoterapi yang digunakan untuk pasien harga diri rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *life review therapy* terhadap harga diri rendah pada pasien gangguan jiwa. Jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *pre-eksperimen one group pre-post test design*. Sampel penelitian berjumlah 12 pasien dengan harga diri rendah di Upt. Bina Laras Dinas Sosial Provinsi Riau. Teknik sampling menggunakan *simple random sampling*. Instrumen penelitian berupa kuesioner *Rosenberg Self Esteem (REES)*. Hasil penelitian dengan menggunakan uji *t-dependen (Paired t-test)*, didapatkan hasil *p-value*  $0.00 < 0.05$ , artinya  $H_0$  ditolak yang dapat disimpulkan ada pengaruh *life review therapy* terhadap pasien dengan harga diri rendah di UPT Bina Laras Dinas Sosial Provinsi Riau.

**Kata Kunci:** Harga Diri Rendah, *Life Review Therapy*

### ***The Effect Of Life Review Therapy On Low Self-Esteem In Mentally Ill Patients At UPT Bina Laras Social Service Of Riau Province***

### **Abstract**

*Self-esteem influences motivation, functional behavior, and life satisfaction and is significantly related to lifetime happiness. Low self-esteem can be associated with negative phenomena, such as problems related to alcohol and drug abuse, violence, depression, social anxiety, social isolation, and increased suicide rates. Life review therapy is a type of psychotherapy used for patients with low self-esteem. This study aims to determine the effect of life review therapy on low self-esteem in mental disorder patients. It is a type of quantitative research with a pre-experimental research design and a one-group pre-post test design. The research sample consisted of 12 patients with low self-esteem in UPT Bina Laras Riau Province Social Service. The sampling technique uses simple random sampling. The research instrument was the Rosenberg Self-Esteem (REES) questionnaire. The results of research e using the Dependent T-test (Paired T-Test) obtained a p-value of  $0.00 < 0.05$ , meaning that  $H_0$  rejected, which can conclude that there is an influence of Life Review Therapy on patients with low self-esteem at UPT Bina Laras Provincial Social Service Riau.*

**Keywords:** *Low Self Esteem, Life Review Therapy*

## PENDAHULUAN

Pasien dengan gangguan jiwa memiliki berbagai masalah kesehatan mental, salah satu nya rendahnya harga diri atau harga diri rendah. Harga diri rendah merupakan penilaian diri negatif yang berhubungan dengan perasaan lemah, tidak berdaya, putus asa, ketakutan, kerentanan, kerapuhan, ketidaksempurnaan, tidak berharga, dan perasaan tidak mampu<sup>1</sup>.

Rendahnya harga diri disebabkan oleh beberapa faktor penyebab yaitu faktor predisposisi dan faktor presipitasi, faktor predisposisinya adalah penolakan orang tua yang realistis, kegagalan yang berulang kali, kurangnya tanggung jawab pribadi, keuntungan pada orang lain, ideal diri yang tidak realistis. Sedangkan faktor pretipitasi terjadinya harga diri rendah adalah hilangnya bagian tubuh, kegagalan dan berkurangnya produktivitas. Seseorang dengan harga diri rendah mempengaruhi seluruh aspek kehidupannya, ditandai dengan gejala psikotik yang khas dan menurunnya fungsi sosial, gejala yang paling umum adalah pasien mengalami depresi, mengganggu konsep diri pasien, yang berujung pada kurangnya penerimaan diri dilingkungan keluarga dan masyarakat terhadap kondisi yang dialami. Komplikasi yang dapat terjadi pada pasien dengan harga diri rendah yaitu pasien yang mengalami isolasi sosial, perilaku kekerasan, gangguan jiwa yang berhubungan dengan harga diri rendah memerlukan perhatian dan pengobatan khusus bisa terapi non farmakologis yaitu dengan *life review therapy*<sup>2</sup>.

Terapi non farmakologi yang dapat digunakan untuk mengatasi harga diri rendah yaitu diantaranya terapi okupasi, terapi menggambar, *life review therapy*, terapi berkebun, terapi relaksasi afirmasi positif, *thought stopping therapy*. Salah satu dari terapi non-farmakologis nya yaitu *life review therapy*. Terapi *life review* untuk mengingat dan mengungkapkan kenangan perjalanan hidup. Terapi ini memiliki banyak keunggulan dibandingkan metode penyembuhan lainnya seperti memodifikasikan instrumen relaksasi sebagai alat terapi praktis untuk mendukung ingatan peristiwa masa lalu, yang merangsang kembali kemampuan kognitif menjadi lebih baik dari sebelumnya dan mendukung kemampuan berinteraksi sosial dengan lingkungan dan mampu bergerak aktif karena terapi ini menjadikan pasien sebagai subjek utama. Terapi ini bisa dilakukan oleh siapa saja dan dimana saja<sup>3</sup>.

*Life Review Therapy* (terapi telaah pengalaman hidup) didefinisikan oleh *American Psychological Association* (APA) sebagai suatu terapi yang menggunakan sejarah kehidupan seseorang (secara tertulis, lisan, atau keduanya) untuk meningkatkan kesejahteraan psikologi, dan umumnya terapi ini sering digunakan untuk orang-orang dewasa. Terapi *live review* merupakan terapi yang bertujuan untuk mendorong penderita merefleksikan masa lalunya agar lebih ekspresif terhadap kehidupannya. Melalui pengalaman mengingat kehidupan masa lalu, gejala-gejala saat ini berangsur-angsur hilang dan rasa damai dan nyaman yang mendalam muncul. Kenangan yang muncul mungkin berkaitan dengan trauma masa kecil atau situasi stres didalam kandungan. Namun pada umumnya masalah yang kita hadapi dalam hidup diselesaikan dengan terapi ini<sup>4</sup>.

Studi pendahuluan yang peneliti lakukan melalui wawancara kepada 13 pasien di dapatkan 12 orang mengalami harga diri rendah yang tidak mampu mengaktualisasikan dirinya karena tidak percaya diri dan merasa tidak berguna serta jarang mengikuti kegiatan yang di adakan di UPT Bina Laras Dinas Sosial Prov. Riau 6 orang yang mengalami harga diri rendah disebabkan karna kegagalan dalam pekerjaan dan selalu ditekan terus menerus oleh keluarga, 5 orang yang mengalami harga diri rendah karena kegagalan dalam hubungan asmara, 1 orang yang mengalami harga diri rendah karena tidak menerima diri malu karena berjerawat serta diejek di lingkungannya dan tidak memiliki kerja serta tidak di terima oleh keluarga. Oleh karena itu perlunya peran perawat dalam mengatasi masalah tersebut. Dengan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh *life review therapy* terhadap harga diri rendah pada pasien gangguan jiwa di UPT Bina Laras Dinas Sosial Provinsi Riau

## BAHAN dan METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian pre-eksperimen one group *pre-post test design*. Peneliti hanya melakukan intervensi pada satu kelompok tanpa pembandingan. Penelitian ini dilakukan di UPT Bina Laras Dinas Sosial Prov. Riau. Total sampel dalam penelitian ini yaitu 12 orang. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah simple random sampling.

Instrumen yang digunakan yaitu instrument harga diri menggunakan *Rosenberg Self Esteem* (REES)<sup>5</sup>. Instrumen harga diri memiliki 10 pernyataan yang dikembangkan oleh Rosenberg (1965)<sup>6</sup>, yang telah dilakukan uji validitas dimana 10 pertanyaan mempunyai nilai lebih besar dari r tabel 0,3, sedangkan skor reliabilitas dari instrumen harga diri menunjukkan Cronbach Alpha berada pada skor 0,810. Menurut kaidah Guilford, skor 0,810 berada di antara skor 0,7-0,9 dimana instrumen dapat dikatakan reliabel<sup>6</sup>. Penelitian ini telah dinyatakan layak etik No. 113/IKESPN/KEPK/VI/2024 di Komite etik Penelitian Kesehatan (KEPK) IKES Payung Negeri Pekanbaru.

## HASIL

### Analisis Univariat

**Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia, Pendidikan, Jenis Kelamin, dan Lama Dirawat**

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia	31-40 Tahun	2	16,7
	41-50 Tahun	10	83,3
	Jumlah	12	100
Pendidikan	SD	3	25
	SMP	9	75
	Jumlah	12	100
Jenis Kelamin	Laki-laki	12	100
	Perempuan	0	0
	Jumlah	12	100
Lama dirawat	< 5 tahun	0	0
	≥ 5 tahun	12	100
	Jumlah	12	100

Pada Tabel 1. Mayoritas responden berusia 40-50 tahun sebanyak 10 orang (83,3 %) dan Pendidikan mayoritas SMP berjumlah 12 orang (75 %), semua berjenis kelamin laki laki, dan semua dirawat lebih dari 5 tahun.

**Tabel 2. Uji Normalitas Data Sebelum dan Sesudah Intervensi *Life Review Therapy***

	<i>Life Review Therapy</i>	Mean	p-value
1	<i>Pre test</i>	8,58	0,439
2	<i>Post test</i>	20,33	0,173

Dari Tabel 2. Uji Normalitas Shapiro Wilk sebelum intervensi *life review therapy* 0,43 dan sesudah 0,17 lebih besar dari 0,05 maka sebaran data sebelum dan sesudah intervensi berdistribusi normal. Karena data berdistribusi normal maka untuk mengetahui ada pengaruh intervensi *life review therapy* untuk mengatasi harga diri rendah digunakan uji t- dependen (*Paired t-test*).

## Analisa Bivariat

**Tabel 4. Pengaruh Life Review Therapy terhadap pasien dengan Harga Diri Rendah di Di UPT Bina Laras (N=12)**

Harga Diri	Mean	Mean of difference (MD)	Standar Deviasi (SD)	P-Value
Pre-test	8,58	-11,750	1,881	0,000
Post-test	20,33		2,642	

Tabel 4. menunjukkan nilai rata-rata pre-test variabel tingkat harga diri 8,58 dan nilai rata-rata pos- test 20.33. Hasil uji statistik t-dependen (Paired t-test) didapatkan hasil p value  $0,00 < 0,05$ , artinya  $H_0$  ditolak yang dapat disimpulkan ada pengaruh Life Review Therapy terhadap harga diri rendah.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan dari 12 responden, (83%) berusia lansia awal (41-50 tahun) sebanyak 10 orang. Menurut Rokhmiati mayoritas lansia awal 40-50 tahun mengalami harga diri rendah karena pada rentang ini merupakan usia dimana individu dapat mengaktualisasikan dirinya di masyarakat, apabila terjadi kegagalan maka menunjukkan penurunan motivasi untuk melakukan aktivitas dan merasa kurang mampu atau tidak percaya diri<sup>7</sup>. Hal ini dapat disebabkan karena pada usia tersebut seseorang berada pada usia produktif dan menanggung beban finansial maupun psikososial sehingga dapat menyebabkan mudahnya terjadi harga diri rendah<sup>8</sup>.

Menurut Narullita masalah psikososial pada lansia awal (41-50 tahun) salah satunya adalah harga diri rendah. Masalah harga diri pada lansia awal sering muncul karena tantangan baru yang ditimbulkan oleh pensiun, kehilangan orang yang dicintai, dan gangguan fisik. Dampak penuaan pada konsep diri (harga diri) juga dipengaruhi oleh statusnya sebagai seorang lanjut. Stereotip negative terhadap lansia dan stigmatisasi menghasilkan turunnya harga diri. Sedangkan pada dewasa akhir (31-40 tahun) biasanya mengalami *quarter life crisis*. Salah satu hal yang dialami individu pada masa *quarter life crisis* adalah rasa cemas (*anxiety*). Penyebab utama kecemasan yang dialami oleh 61% partisipan survei tersebut adalah menemukan pekerjaan atau karir yang mereka minati. Penyebab kedua adalah kecenderungan membandingkan diri mereka dengan teman mereka yang lebih sukses<sup>9</sup>. Hasil penelitian Nurhadiani menunjukkan individu pada rentang usia 31-40 tahun banyak yang merasa tidak yakin dan frustrasi dengan karir yang mereka jalani, bahkan juga merasa tertekan terhadap hubungan dan tujuan hidup mereka<sup>10</sup>.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Banon tentang terapi kelompok *life review* efektif dalam meningkatkan harga diri lansia, dari hasil penelitian menunjukkan usia terbanyak adalah usia 41-55 yang tergolong kedalam lansia awal yaitu 25 orang (83,3%), karena usia tersebut masih dapat melakukan berbagai kegiatan, sekalipun pada awalnya merasakan adanya perubahan-perubahan dalam hidupnya terutama perubahan fisik<sup>11</sup>.

Menurut asumsi peneliti, ketika memasuki usia lansia awal (41-50 tahun) yang ditandai dengan perasaan khawatir dan takut dengan kenyataan bahwa hidup mereka sudah semakin mendekati masa tua kondisi ini dapat menimbulkan gejala yang serupa, yaitu perasaan khawatir, bingung, dan takut dengan kelanjutan hidupnya, perasaan malu, kurang percaya diri, minder, tidak berguna, rendah diri, sehingga dapat menyebabkan mudahnya terjadi gangguan jiwa salah satunya yaitu harga diri rendah. Sedangkan pada dewasa akhir (31-40 tahun) biasanya sering merasa bingung, tidak termotivasi, dan cemas ini disebut dengan *quarter life crisis* yang sejalan dengan penelitian<sup>10</sup>.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan dari 12 responden lebih dari separuhnya (75.0%) pendidikan terakhirnya yaitu SMP sebanyak 9 orang dan pendidikan terakhirnya SD sebanyak 3 orang (25.0%). Jenjang pendidikan formal terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah dan pendidikan tinggi (UU No. 20 Tahun 2003 Pasal 14). Jenjang pendidikan dasar terdiri dari SD, Madrasah Ibtidaiyah atau bentuk lain yang sederajat serta Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Madrasah Tsanawiyah (MTs), sedangkan jenjang pendidikan menengah yaitu SLTA (sekolah lanjut tingkat atas), SMA dan jenjang pendidikan tinggi seperti Universitas. Pendidikan merupakan upaya dalam memberikan ilmu pengetahuan sehingga dapat menjadikan perubahan perilaku yang positif dapat meningkat, dan salah satu faktor terbentuknya pengetahuan adalah persepsi. Persepsi yang kurang dapat mengakibatkan kurangnya pengetahuan tentang penyakit harga diri rendah secara benar. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan 12 pasien harga diri rendah dengan tingkat pendidikan tinggi (Universitas) memiliki skor rata-rata pemulihan yang lebih tinggi dibandingkan dengan pendidikan dasar atau menengah.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Ardika tentang pengaruh terapi afirmasi positif terhadap *quality of life* pasien harga diri rendah di RSJD Dr. Arif Zainudin Surakarta didapatkan pasien harga diri rendah di dominasi dengan rata-rata pendidikan SD dan SMP<sup>13</sup>. Hal ini sejalan dengan penelitian Daryanto yaitu tentang Daya tilik diri (*Self Insight*), Harga diri (*Self Esteem*) dan Stigma diri (*Self Stigma*) serta kualitas hidup pasien harga diri rendah di klinik Jiwa RS Jiwa Daerah Jambi pasien gangguan jiwa dengan diagnosa harga diri rendah lebih banyak dialami oleh seseorang dengan latar belakang pendidikan yang rendah<sup>14</sup>. Hal yang serupa juga adanya hubungan yang signifikan antara pendidikan rendah atau tidak memiliki Pendidikan dengan timbulnya gangguan jiwa khususnya diagnose harga diri rendah. Menurut asumsi peneliti, harga diri rendah dapat disebabkan oleh tingkat pendidikan yang rendah yaitu SD dan SMP karena pola pikirnya akan berbeda dengan orang yang berpendidikan tinggi. Orang yang berpendidikan tinggi juga bisa mengalami harga diri rendah apabila perjalanan hidupnya tidak baik.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan dari 12 responden, seluruhnya (100%) berjenis kelamin laki-laki. Hal tersebut disebabkan karena laki-laki lebih sukar menerima tekanan dibandingkan dengan perempuan. Kaum laki-laki lebih mudah terkena harga diri rendah karena kaum laki-laki yang menjadi penopang utama rumah tangga sehingga lebih besar mengalami tekanan hidup, sedangkan perempuan lebih sedikit beresiko menderita harga diri rendah dibandingkan laki-laki karena perempuan lebih bisa menerima situasi kehidupan dibanding dengan laki-laki. Namun ada yang menyatakan bahwa perempuan lebih memiliki resiko untuk menderita stress psikologis karena rentang dengan terkena trauma<sup>15</sup>.

Hal ini sejalan dengan penelitian Rao, dimana sebanyak 75% pada kelompok intervensi dan 57,5% pada kelompok kontrol pasien harga diri rendah dengan diagnosa skizofrenia didominasi oleh pasien dengan jenis kelamin laki-laki<sup>16</sup>. Berdasarkan penelitian Ardika, tentang pengaruh terapi afirmasi positif terhadap *quality of life* pasien harga diri rendah pada skizofrenia Di RSJD Dr. Arif Zainudin Surakarta didapatkan mayoritas responden laki-laki sebanyak 11 orang (65,7%). Jenis kelamin laki-laki lebih banyak mengalami harga diri rendah pada masing-masing kelompok<sup>13</sup>. Menurut asumsi peneliti, laki laki banyak mengalami harga diri rendah karena kaum laki-laki yang menjadi penopang utama rumah tangga, gagal dalam hal pekerjaan, tidak dihargai keputusannya di keluarga dan diejek pada masa kanak-kanaknya, sehingga lebih besar mengalami tekanan hidup dibandingkan perempuan bisa menerima situasi kehidupan.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan dari 12 responden seluruhnya (100.0%) responden berada di UPT Bina Laras >5 tahun yaitu sebanyak 12 orang. Menurut Susilaningih, perjalanan penyakit Skizofrenia dengan harga diri rendah dapat diklasifikasikan sebagai terus-menerus, episodik dengan atau tanpa gejala residual diantara episode, atau episode tunggal dengan

remisi sempurna atau parsial. Hal ini menunjukkan bahwa perjalanan penyakit dapat membuat lama dirawat menjadi memanjang<sup>17</sup>.

Lama dirawat yang memanjang juga berdampak pada kemampuannya dalam melakukan aktivitas harian dan berhubungan sosial. Lama dirawat yang memanjang ini dapat memperburuk prognosis dari penyakit, memperburuk nya prognosis dapat dilihat dari kemampuannya dalam melakukan aktivitas harian dan berhubungan sosial<sup>13</sup>

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Susilaningsih tentang lama dirawat dengan keadaan harga diri pasien skizofrenia, hasil penelitian bahwa lebih dari sebagian responden (66.7%) memiliki lama dirawat yang panjang lebih dari 5 tahun. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara lama dirawat dengan keadaan harga diri pasien Skizofrenia dengan p-value (0,001). Perjalanan penyakit atau lama dirawat yang panjang dapat mempengaruhi harga diri pasien<sup>17</sup>. Berdasarkan hasil penelitian Syamsudin (2020) lama dirawat responden di Rumah Sakit Jiwa Prof dr Soerojo Magelang paling banyak pada kelompok responden yang dirawat lebih dari 5-10 tahun yaitu sebesar 66.3%.

Menurut asumsi peneliti, semakin lama pasien harga diri rendah di rawat di RSJ ataupun dinas sosial, maka akan semakin menurun harga dirinya. Kondisi ini dapat mempermudah timbulnya harga diri rendah yang sifatnya situasional. Harga diri yang rendah dapat terjadi jika seseorang kehilangan kasih sayang atau cinta kasih dari orang lain, kehilangan penghargaan dari orang lain, dan saat ia menjalani hubungan interpersonal yang buruk.

### **Harga Diri Pasien Di UPT Bina Laras Sebelum Dilakukan *Life Review Therapy***

Berdasarkan nilai pre-test dari 12 responden hampir seluruhnya (83.3%) responden dapatkan nilai pre-test rendah sebanyak 10 orang dengan nilai rata rata pre-test variabel tingkat harga diri 8.58. Sebelum dilakukan *life review therapy* peningkatan harga diri masing-masing responden dilakukan pre test terlebih dahulu dengan menggunakan kuesioner. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dari hasil observasi yang dilakukan diketahui semua responden pada penelitian ini merupakan klien menarik diri yang mempunyai tanda gejala dengan harga diri rendah yang belum pernah dilakukan terapi aktivitas kelompok peningkatan harga diri, dan selain itu juga klien mengalami penurunan harga diri.

Pasien harga diri rendah akan mengalami perubahan proses pikir yang menyebabkan kemunduran dalam menjalani kehidupan sehari-hari, hal ini ditandai dengan hilangnya motivasi dan tanggung jawab. Gejala-gejala negatif yang timbul dapat menyebabkan kemunduran pada kualitas hidupnya<sup>18</sup>. Selain itu, karena stigma sosial dan sifat ekstrem dari pengalaman mereka seperti halusinasi dan lain sebagainya membuat mereka mungkin merasa sulit untuk mengungkapkan dan mendiskusikan bagian kehidupan mereka dengan orang lain yang belum memiliki pengalaman serupa<sup>19</sup>. Hal tersebut sesuai dengan teori yang menyatakan harga diri rendah dapat digambarkan sebagai perasaan yang negatif terhadap diri sendiri, hilang kepercayaan, dan merasa gagal dalam mencapai keinginan<sup>11</sup>.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Emilyani tentang pengaruh *life review therapy* terhadap tingkat kemampuan kognitif (*intelektual*) lansia dengan demensia di PSTW “Puspakarma” Mataram Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan *life review therapy* sebagian besar responden mengalami tingkat kerusakan kognitif berada pada kategori berat sejumlah 9 orang responden (90%), kemudian diikuti dengan kategori sedang berjumlah 1 orang responden (10%), dan tidak ada responden yang masuk dalam kategori kerusakan kognitif ringan<sup>20</sup>.

Menurut asumsi peneliti, dari hasil pre-test menunjukkan beberapa responden mengalami harga diri rendah. Oleh karena itu, sangat diperlukan *life review therapy* pada pasien gangguan jiwa untuk mengatasi harga diri rendah. Kegiatan dalam terapi ini mengajak pasien untuk melihat

kembali ke masa lalu dan permasalahan yang belum selesai, untuk dapat diselesaikan agar jiwanya menjadi tenang, damai dan bahagia. Perasaan yang negatif terhadap diri sendiri berubah menjadi aspek-aspek positif yang sebenarnya dimiliki oleh pasien, sehingga pasien tumbuh perasaan bahwa dirinya berguna dan mampu menjadi individu yang lebih baik lagi dan dapat meningkatkan kepercayaan diri. Hal ini juga didukung dari hasil kuesioner, pada pasien harga diri rendah sebelum diberikan *life review therapy* di UPT Bina Laras, dari 12 responden 100.0% merasa bahwa dirinya tidak berharga, dan sebanyak 91.6% responden merasa bahwa tidak banyak yang dapat dibanggakan pada dirinya dan selalu merasa diri saya tidak baik.

### **Harga Diri Pasien Di UPT Bina Laras Sesudah Dilakukan *Life Review Therapy***

Berdasarkan nilai pos-test menunjukkan dari 12 responden, hampir seluruhnya (83.3%) responden dapatkan nilai pos-test tinggi sebanyak 10 orang. Setelah dilakukan *life review therapy* peningkatan harga diri tampak adanya perubahan nilai dari responden. Sehingga hampir seluruh responden mengalami peningkatan harga diri ditandai dengan berkurangnya tanda dan gejala harga diri rendah pada klien menarik diri. Hal ini dikarenakan semua responden tidak dalam fase krisis, semua responden mengikuti tiap-tiap tahap *life review therapy* dengan baik, tidak meninggalkan tempat saat melakukan *life review therapy*.

Pada penderita dengan harga diri rendah, terdapatnya anggapan yang minus kepada diri sendiri, terdapatnya stigmatisasi serta antipati dari kawasan dekat, berkurangnya kegiatan serta kesusahan dalam melaksanakan peranan sehari-hari dan haluan minus pada diri sendiri. Untuk meningkatkan kualitas hidup pasien dengan harga diri rendah salah satu terapi yang dapat digunakan yaitu *life review therapy*. *Life review therapy* merupakan upaya untuk membantu seseorang untuk mengaktifkan ingatan jangka panjang dimana akan terjadi mekanisme recall tentang kejadian pada kehidupan masa lalu hingga sekarang, dengan cara ini, lansia akan lebih mengenal siapa dirinya dan dengan recall tersebut, pasien harga diri rendah diharapkan akan mempertimbangkan untuk dapat mengubah kualitas hidup menjadi lebih baik dibandingkan dengan sebelumnya<sup>21</sup>.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Banon tentang Terapi Kelompok *life review efektif* dalam meningkatkan harga diri lansia, dari hasil penelitian menunjukkan hasil post-test didapatkan rata-rata harga diri 31,20 dengan standar deviasi 2,552. Terlihat nilai mean perbedaan antara pengukuran sebelum dan sesudah pemberian terapi adalah 7,933 dengan standar deviasi 3,140. Uji statistik mendapat data nilai p-value 0,000, dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan rata-rata skor harga diri pada pengukuran sebelum dan sesudah pemberian terapi<sup>11</sup>.

Menurut asumsi peneliti, bahwa tingkat harga diri pasien harga diri rendah sesudah diberikan terapi *life review* berada pada sedang sampai dengan tingkat tinggi. Pasien dengan harga diri rendah yang telah dilakukan terapi *life review* didapatkan ada perubahan skor pada nilai pos-test meskipun masih ada pasien yang harga dirinya berada pada tingkat sedang tetapi skor nilai pos-test sudah terjadi peningkatan dari sebelum diberikan terapi *Life Review*. Hal ini juga didukung dari hasil kuesioner, sesudah diberikan *life review therapy* di UPT Bina Laras Pekanbaru, dari 12 responden sebanyak 91.6% responden merasa dirinya berguna dan tidak menjadi orang yang gagal, serta 33.3% responden merasa mampu mengerjakan sesuatu seperti apa yang dapat dilakukan orang lain.

### **Pengaruh *Life Review Therapy* Terhadap Harga Diri Rendah**

Berdasarkan uji dependen sample t-test didapatkan hasil penelitian nilai rata-rata pre-test variabel harga diri 8.58 dan nilai rata-rata pos-test 20.33. Hasil uji statistik t-dependen (Paired t-test) didapatkan hasil p value  $0.00 < 0.05$ , artinya  $H_0$  ditolak yang dapat disimpulkan ada pengaruh *life review therapy* terhadap harga diri rendah.

*Life review therapy* memfasilitasi kelompok pasien harga diri rendah dalam merefleksikan kehidupan dan menyelesaikannya *Life review therapy* juga memberi kesempatan menata kembali masalah atau area yang pernah mengganggu<sup>22</sup>. Pemberian terapi *life review* yang peneliti laksanakan dalam 4 (empat) sesi meliputi menceritakan pengalaman pada masa kanak-kanak, remaja, dewasa hingga pada masa lansia. Data subyektif yang diperoleh selama kegiatan dari tiap sesi, responden menyatakan senang dengan kegiatan tersebut karena dapat kembali mengenang masa lalu dan dapat menyelesaikan masalah yang ada serta dapat meningkatkan harga dirinya.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Banon, tentang terapi kelompok *life review* efektif dalam meningkatkan harga diri lansia, dari hasil penelitian pengukuran sebelum dan sesudah pemberian terapi diperoleh p-value sebesar 0,00. Hasil ini menandakan bahwa Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) *life review* berdampak positif terhadap perubahan harga diri lansia. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pemberian terapi TAK *life review* terpengaruh terhadap harga diri lansia<sup>11</sup>.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sholehah tentang Pengaruh *life review therapy* terhadap harga diri pada lansia di Tejakusuman Notoprajan Ngampilan Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan 30 orang sampel. Hasil penelitian didapatkan dari uji Wilcoxon Match Paired t-test adalah p-value = 0,02 lebih kecil daripada 0,05, sehingga disimpulkan ada pengaruh Life Review Therapy terhadap tingkat harga diri<sup>22</sup>.

Menurut asumsi peneliti, *life review therapy* adalah teknik dari mengingat atau meninjau kejadian kehidupan seseorang yang melibatkan refleksi kembali pengalaman, melakukan evaluasi, menafsirkan sebagai perbaikan untuk akhir kehidupan seseorang. Pasien yang menghabiskan waktu untuk berpikir tentang pengalaman masa lalu bisa meningkatkan harga diri dan kecil kemungkinannya untuk menderita depresi.

## SIMPULAN dan SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan tujuan penelitian dan hasil penelitian tentang pengaruh *life review therapy* terhadap harga diri rendah pada pasien di UPT Bina Laras Dinas Sosial Provinsi Riau maka peneliti mengambil beberapa kesimpulan sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil penelitian rata-rata harga diri sebelum diberikan *life review therapy* pada pasien harga diri rendah di UPT Bina Laras Dinas Sosial Provinsi Riau yaitu 12 responden hampir seluruhnya 10 orang (83.3%) responden dapatkan nilai pre-test rendah dengan rata rata nilai *pre-test* 8.58.
2. Berdasarkan hasil penelitian rata-rata harga diri sesudah diberikan *life review therapy* pada pasien harga diri rendah di Upt.Bina Laras Dinas Sosial Provinsi Riau yaitu hampir seluruhnya 10 orang (83.3%) responden dapatkan nilai pos-test tinggi dengan rata rata nilai *pos-test* 20.33.
3. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil *p-value*  $0.00 < 0.05$ , artinya  $H_0$  ditolak yang dapat disimpulkan ada pengaruh *life review therapy* terhadap pasien dengan harga diri rendah di UPT Bina Laras Dinas Sosial Provinsi Riau.

### Saran

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan atau bahan pertimbangan dalam meningkatkan pelaksanaan asuhan keperawatan jiwa di UPT Bina Laras Provinsi Riau dan mampu membuat perencanaan untuk memberikan *life review therapy* kepada pasien harga diri rendah. Hasil penelitian ini akan menjadi salah satu data riset yang dapat dikembangkan sebagai masukan penelitian selanjutnya dan menjadi referensi dalam memperluas pengetahuan tentang pengaruh terapi *life review therapy* terhadap harga diri rendah dengan metode penelitian yang berbeda yaitu dengan menggunakan kelompok kontrol.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Pimpinan dan seluruh staf keperawatan di UPT Bina Laras Provinsi Riau yang telah membantu dalam prosen penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Wijayati, F., Nasir, T., Hadi, I. & Akhmad, A. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian harga diri rendah pasien gangguan jiwa. *Health Information : Jurnal Penelitian* **12**, 224–235 (2020).
2. Afnuhazi, R., Syafyu & Febria. Asuhan Keperawatan pada Tn A. dengan Harga Diri Rendah. *Jurnal Pustaka Keperawatan (Pusat Akses kajian Keperawatan)* **2**, 17–22 (2023).
3. Ayu, S. *et al.* Pengabdian masyarakat aplikasi life review therapy dengan snakes ladders game untuk meningkatkan fungsi kognitif lansia di jambangan surabaya. *Jurnal Pengabdian Kesehatan* **5**, 350–356 (2022).
4. Yani, A. & Febiansyah, A. Pengaruh Pemberian Life Review Therapy Terhadap Tingkat Depresi Lansia di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto. *Journal of Nursing Care & Biomolecular* **3**, 52–57 (2018).
5. Samuel J Sinclair 1, *et al.* Psychometric properties of the Rosenberg Self-Esteem Scale: overall and across demographic groups living within the United States. *Eval Health Prof* **33**, 56–80 (2010).
6. Inda Rahma. Pengaruh Harga Diri dan Social Connectedness Terhadap Kesenian Pada Remaja Yang Melakukan Self Harm. *Repository UNJ* (2019).
7. Rokhmia Wahyu Purnamasari, E. life Review Therapy Menurunkan Tingkat depresi Lansia Pada Warga Binaan Sosial Tresna Wredha Budi Mulia 3 Jakarta. *Journal Ilmiah AVICENNA* **15**, 74 (2020).
8. Marta Suri, D. Hubungan Harga Diri Dan Stigma Dengan Kualitas Hidup Pasien Skizofrenia Di Klinik Jiwa RSJD Provinsi Jambi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah* **08**, 93–103 (2019).
9. Narullita, D. Pengaruh Life Review Therapy Terhadap Harga Diri rendah Lansia Di Kabupaten Bungo. *Jurnal Endurance* **3**, 33 (2018).
10. Theresia, R. A. Fitri. Quarter Life Crisis: Sebuah Tahap Menuju Kedewasaan. *Binus University Faculty Of Humanities* (2023).
11. Banon, E., Rakhmawati, I., Hidayat, E., Sudrajat, A. & Hartini, T. Terapi Kelompok Life Review Efektif dalam Meningkatkan Harga Diri Lansia. *JKEP (Jurnal Keperawatan)* **7**, (2022).
12. El-Monshed, A. & Amr, M. Association between perceived social support and recovery among patients with schizophrenia. *Int J Afr Nurs Sci* **13**, (2020).
13. Ardika, N. A., Fatkhul Mubin, M., Rejeki, S., Pohan, V. Y. & Samiasih, A. Pengaruh Terapi Afirmasi Positif Terhadap Quality Of Life Pasien Harga Diri Rendah Pada Skizofrenia Di Rsjd Dr. Arif Zainudin Surakarta The Effect Of Positive Affirmation Therapy On The Quality Of Life Of Low Self-Esteem Patients In Schizophrenia At Rsjd Dr. Arif Zainudin Surakarta. *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS* **4**, (2021).
14. Daryanto, D. & Khairani, W. Daya tilik diri (Self Insight), Harga diri (self esteem) dan Stigma diri (Self Stigma) serta Kualitas hidup pasien Skizofrenia di klinik Jiwa RS Jiwa Daerah Jambi. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi* **20**, 217 (2020).
15. Tay, C. T., Teede, H. J., Hill, B., Loxton, D. & Joham, A. E. Increased prevalence of eating disorders, low self-esteem, and psychological distress in women with polycystic ovary syndrome: a community-based cohort study. *Fertil Steril* **112**, 353–361 (2019).
16. Rao, U. T., Noronha, J. A. & Adiga, K. Effect of aerobic exercises on depressive symptoms, anxiety, self-esteem, and quality of life among adults with depression. *Clin Epidemiol Glob Health* **8**, 1147–1151 (2020).

17. Susilaningsih, I. & Astriyanto, R. *Lama Dirawat Dengan Keadaan Harga Diri Pasien Skizofrenia. Jurnal Keperawatan* vol. 2 (2016).
18. Siswati Aliwu, L. & Wahab Pakaya, A. *Pengaruh Terapi Afirmasi Positif Terhadap Quality Of Life (Kualitas Hidup) Pasien Harga Diri Rendah Di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto. Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan dan Kedokteran* vol. 1 (2023).
19. Ardiyani ID, M. H. *Intervensi Untuk Mengurangi Stigma Pada Penderita Skizoprenia. Jurnal Psikiatrik FK UNAIR* **8**, (2018).
20. Emilyani, D. & Dramawan, A. *Pengaruh Life Review Therapy Terhadap Kemampuan Kognitif Lansia Demensia Di PSTW Puspakarma Mataram. Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)* **1**, (2019).
21. Aswanira, N., Prodi DIV Keperawatan, V., Keperawatan, J. & Kemenkes Palembang, P. *Efek Life Review Therapy Terhadap Depresi Lansia. Jurnal Keperawatan Indonesia* vol. 18 (2015).
22. Sholehah Halimatus. *Pengaruh Life Review Therapy Terhadap Tingkat Harga Diri Pada Lansia Di Tejkusumo Notoprajan NGampilan Yogyakarta. Fakultas Medis Universitas Aisyah Yogyakarta* (2018).