

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Harga diri rendah merupakan hilangnya rasa percaya diri, perasaan gagal dikarenakan tidak dapat mencapai sesuatu sesuai harapan, dan merasa tidak berguna atau tidak berharga yang berlanjut secara lama. Kondisi ini terjadi diakibatkan oleh pemikiran negatif pada seseorang atas kemampuan yang dimiliki (Dewi, 2022). Ada beberapa tanda dan gejala yang dimiliki setiap orang gangguan jiwa dengan harga diri rendah. Tanda dan gejalanya meliputi; perasaan tidak mampu, selalu mengkritik dirinya, tidak mau menerima pujian, merasa tidak memiliki kemampuan diri, tidak mampu bertatapan dengan lawan bicara (menunduk), sering menyendiri, tidak terlalu memperhatikan penampilan diri, nada suara lirih, dan berbicara dengan lambat (Fitria, 2021).

Harga diri rendah dapat dikategorikan pada tingkat kecemasan yang tinggi dikarenakan termasuk permasalahan utama bagi penderitanya. Seseorang yang mempunyai harga diri rendah lebih melihat lingkungan menjadi negatif dan beranggapan terjadi ancaman yang datang pada dirinya (Wijayati et al., 2021). Harga diri rendah berhubungan erat dengan kesejahteraan psikologis seseorang, jika mengalaminya maka psikologisnya akan terganggu. Selain itu, juga sangat berdampak pada hubungan sosial, produktivitas, serta kualitas hidup secara keseluruhannya (Munira, 2023).

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Rikesdas) tahun 2021 Kementerian Kesehatan Masyarakat Republik Indonesia (Depkes RI) menunjukkan bahwa kasus gangguan jiwa di Indonesia sekitar 450 juta individu memiliki masalah

kesehatan jiwa, empat orang diantaranya pernah mengalami gangguan jiwa (Kemenkes RI, 2021). Prevalensi masalah gangguan jiwa di Jawa Timur memasuki peringkat 12 di Indonesia (Dinkes Provinsi Jawa Timur, 2021).

Berdasarkan permasalahan gangguan jiwa dari tahun ke tahun di Kabupaten Jember terus-menerus mengalami peningkatan. Berdasarkan data dari profil kesehatan di Kabupaten Jember terdapat 2.211 orang dengan gangguan jiwa (Dinkes Jatim, 2023). Hal ini didukung oleh desa Sukorambi yang letaknya berada di wilayah Kabupaten Jember. Hasil studi pendahuluan yang dilaksanakan penulis, didapatkan data jumlah ODGJ (Orang Dengan Gangguan Jiwa) di wilayah Sukorambi dari bulan Januari-Maret 2025 adalah sekitar 20 orang. Diagnosis yang paling banyak yaitu skizofrenia dengan jumlah 40%, halusinasi 25%, harga diri rendah 20%, dan 15% mengalami demensia (Laporan Semester PTM Puskesmas Sukorambi, 2025). Masalah gangguan jiwa yang dihadapi beberapa diantaranya termasuk Harga Diri Rendah.

Individu disertai permasalahan harga diri rendah mempunyai strategi koping yang tidak efektif serta rentan mengalami masalah psikologis negatif. Individu ini cenderung memiliki perasaan yang kurang percaya diri dalam menghadapi suatu masalah di kehidupannya. Hal ini dapat mengakibatkan individu mengalami perasaan kehilangan akan peran dalam keluarga, lingkungan, dan cenderung merasa menjadi beban sosial. Selain itu, juga tidak mampu beradaptasi dengan stress yang terjadi di lingkungan sekitar (Siagian & Niman, 2022). Seseorang dengan harga diri rendah yang kehilangan kepercayaan dirinya serta gagal dalam mencapai suatu tujuan

dapat menyebabkan kecemasan yang sedang sampai tingkat yang paling berat (Depresi) (Wijayati et al., 2021).

Di wilayah Sukorambi Kabupaten Jember, permasalahan harga diri rendah masih banyak yang ditemui. Dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan di awal, terdapat tanda-tanda seperti perasaan tidak berharga, menarik diri dari lingkungan sosial, mudah tersinggung, mempunyai persepsi negatif pada diri sendiri bahkan orang lain, kegagalan yang berulang, penolakan keluarga, serta kehilangan orang tersayang. Hal ini didukung oleh data di puskesmas Sukorambi yang telah mencatat peningkatan kunjungan pasien dengan keluhan kecemasan, psikosomatis, serta depresi ringan yang berhubungan dengan konsep diri yang rendah. Kondisi ini dapat terjadi dikarenakan kurangnya dukungan keluarga, lingkungan sosial yang kurang responsif dan banyaknya stigma buruk yang masih tinggi mengenai kesehatan jiwa.

Pasien dengan harga diri rendah harus segera ditangani, jika kondisi ini terus-menerus terjadi dapat mengakibatkan gangguan mental semakin parah seperti gangguan kecemasan, depresi berat, bahkan risiko bunuh diri. Maka dari itu, strategi pelaksanaan 1 yang difokuskan pada pendekatan terapeutik seperti intervensi psikososial menjadi langkah utama yang sangat penting. Strategi ini dilakukan dengan tujuan dapat meningkatkan kepercayaan diri, memupuk kembali pikiran positif pasien terhadap diri sendiri, dan memperbaiki hubungan interpersonalnya sehingga mencegah permasalahan semakin berat (Raden Vina Iskandya Putri I, 2023).

Individu dengan harga diri rendah cenderung tidak menyadari jika dirinya berharga dan mempunyai banyak kemampuan positif yang belum tentu ada pada orang lain (Raden Vina Iskandya Putri, 2023). Harga diri berhubungan dengan kemampuan serta sikap positif yang ada pada individu maupun orang lain. Berbagai kondisi apapun, kemampuan dan sikap positif ini harus selalu tertanam pada konsep diri. Selain itu, individu juga perlu mempertahankan keyakinan positifnya saat menghadapi evaluasi negatif dari orang lain.

Aspek positif yang dimiliki setiap orang sangatlah penting untuk memperkuat konsep diri menjadi lebih baik. Individu dengan harga diri rendah harus ditangani secepatnya menggunakan strategi pelaksanaan yang sistematis, supaya klien percaya diri dan tidak selalu memiliki pemikiran negatif terhadap diri maupun orang lain (Ulvita Sari, Uswatun Hasanah, 2024). Salah satu hal yang bisa dilakukan guna meningkatkan harga diri rendah yaitu menganalisis strategi pelaksanaan 1.

Berdasarkan pernyataan di atas, maka penulis tertarik dalam melaksanakan penelitian tentang analisis strategi pelaksanaan 1 pada pasien dengan harga diri rendah di Kecamatan Sukorambi Kabupaten Jember.

## **1.2. Batasan Masalah**

Masalah yang diambil pada kasus ini merupakan analisis strategi pelaksanaan 1 pada pasien dengan harga diri rendah di Kecamatan Sukorambi Kabupaten Jember.

## **1.3. Rumusan Masalah**

Bagaimanakah strategi pelaksanaan 1 pada pasien dengan harga diri rendah di Kecamatan Sukorambi Kabupaten Jember?

## **1.4. Tujuan**

### **1.4.1 Tujuan Umum**

Mahasiswa mampu melakukan analisis strategi pelaksanaan 1 pada pasien dengan harga diri rendah di Kecamatan Sukorambi Kabupaten Jember.

### **1.4.2 Tujuan Khusus**

Mengevaluasi hasil strategi pelaksanaan 1 pada Pasien dengan Harga Diri Rendah di Kecamatan Sukorambi Kabupaten Jember.

## **1.5. Manfaat**

### **1.5.1. Teoritis**

Sebagai wawasan tambahan dalam melakukan analisis strategi pelaksanaan 1 pada pasien dengan harga diri rendah. Selain itu, juga menjadikan sumber bahan referensi bagi penulis selanjutnya yang akan menggunakan konsep penelitian serupa.

### **1.5.2. Praktis**

#### **1) Bagi Akademik**

Penelitian ini bisa digunakan sebagai sumber informasi, tambahan wawasan pedoman dalam memilih dan menerapkan strategi pelaksanaan 1 yang efektif dan tepat sasaran dalam mengatasi pasien dengan harga diri rendah.

#### **2) Bagi Masyarakat**

Penelitian ini bisa digunakan sebagai dasar pengembangan program intervensi kesehatan jiwa komunitas berbasis strategi pelaksanaan 1, sehingga diharapkan pelayanan yang ada di masyarakat terutama kesehatan jiwanya lebih efektif dan terarah.

### 3) Bagi Pasien

Penelitian ini digunakan sebagai pemahaman praktis kepada pasien dan keluarga mengenai pentingnya dukungan emosional serta tata cara dalam membantu anggota keluarga yang mempunyai harga diri rendah dengan menggunakan strategi yang sudah penulis lakukan.

### 4) Bagi Penulis

Penelitian ini bisa digunakan sebagai acuan untuk memperoleh wawasan secara luas baik dari segi pengetahuan serta penerapannya dalam menganalisis strategi pelaksanaan 1 pada pasien dengan harga diri rendah.

### 5) Bagi Keluarga

Penelitian ini bisa digunakan sumber informasi terhadap keluarga mengenai pentingnya peran mereka dalam mendukung proses penyembuhan pasien dengan harga diri rendah. Dengan mengetahui strategi pelaksanaan yang sudah dilaksanakan, diharapkan keluarga dapat lebih aktif dalam mendampingi serta mendukung pemulihan kondisi pasien.