

PROPOSAL
TERAPI AKTIVITAS KELOMPOK (TAK)
HARGA DIRI RENDAH

Diajukan untuk memenuhi tugas Mata Kuliah
Keperawatan Psikiatri

Dosen Pembimbing :

Ns. Suyamto, SST., MPH



Disusun Oleh :

KELOMPOK 3

Amalia Nabila Agustin	SKA12022006
Ancika Alfi	SKA12022008
Erdita Dwi Kusuma	SKA12022016
Ratih Mukti Sasmila	SKA12022029
Sagita Insani	SKA12022032
Winda Apriani	SKA12022042

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN NOTOKUSUMO
YOGYAKARTA
2024

I. LATAR BELAKANG

A. Pengertian Masalah Keperawatan

Harga diri rendah kronis adalah suatu perasaan dalam diri seseorang yang menganggap bahwa dirinya itu negatif (Irawati, 2019). Harga diri rendah kronik adalah evaluasi diri/perasaan negatif tentang dirinya sendiri atau kemampuan diri yang berlangsung minimal tiga bulan (Keliat, 2020). Harga diri rendah melibatkan evaluasi diri yang negatif dan berhubungan dengan perasaan yang lemah, tidak berdaya, putus asa, ketakutan, rentan, rapuh, tidak lengkap, tidak berharga, dan tidak memadai (Stuart, 2016).

B. Data tentang Masalah Keperawatan

Klien dengan Harga Diri Rendah tidak mampu merangsang kemampuan positifnya.

C. Manfaat TAK Terhadap Masalah Keperawatan Tersebut

1. Sebagai cara untuk meningkatkan kemampuan klien dengan harga diri rendah merangsang kembali kemampuan positif klien dan dapat meningkatkan sebuah keinginan dalam melakukan aktivitas.
2. Sebagai upaya untuk memberikan asuhan keperawatan secara holistik
3. Sebagai terapi modalitas yang dapat dipilih untuk mengoptimalkan strategi dalam implementasi rencana tindakan terhadap klien

II. TUJUAN

A. Tujuan Umum

Dapat menumbuhkan penilaian diri positif pada klien dan menumbuhkan kembali rasa percaya dirinya.

B. Tujuan Khusus

1. Klien dapat mengenal dirinya
2. Klien mampu menilai positif dirinya
3. Klien dapat mengungkapkan perasaannya dan menyampaikan masalah yang dihadapinya

III. WAKTU DAN TEMPAT

Hari/Tanggal : Selasa, 16 Mei 2024

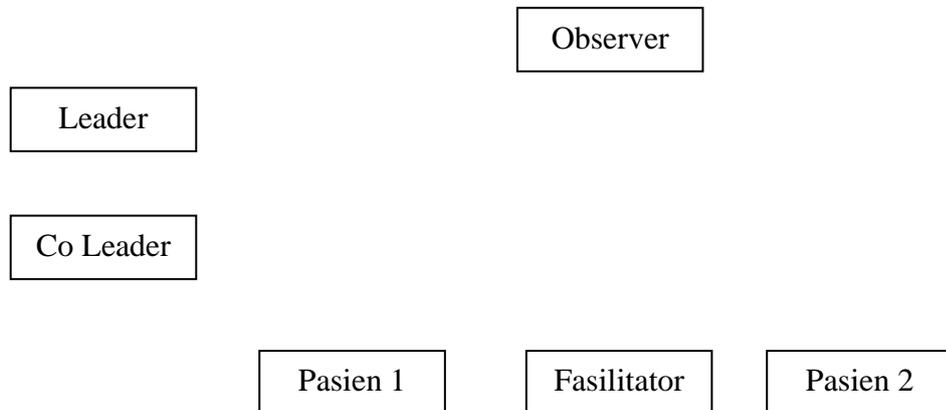
Tempat Kegiatan : Halaman Yayasan Pemenang Jiwa

Waktu Kegiatan : Pukul 10.00 WIB – 12.00 WIB

IV. TARGET SASARAN

Pasien atau seseorang yang mengalami harga diri rendah.

V. SETTING TEMPAT



Leader, Co-leader, Fasilitator, Observer, Pasien

Metode : Diskusi & Permainan

Setting : Klien duduk disamping fasilitator

Media : Kertas dan pena

VI. ALAT DAN BAHAN

A. Kertas

B. Pena

VII. PENGORGANISASIAN

A. Susunan Pelaksanaan

Yang bertugas dalam TAK kali ini disesuaikan dengan petugas setiap sesi yang telah disepakati sebagai berikut:

1. Leader
2. Co Leader
3. Observer
4. Fasilitator

B. Uraian Tugas dan Pelaksanaan

Berikut merupakan uraian tugas dari terapis baik sebagai leader, co-leader, observer, fasilitator, dan pasien:

1. Leader:
 - a. Memimpin jalannya acara terapi aktivitas kelompok
 - b. Memperkenalkan anggota terapi aktivitas kelompok
 - c. Menetapkan jalannya tata tertib
 - d. Menjelaskan tujuan diskusi
 - e. Dapat mengambil keputusan dengan menyimpulkan hasil diskusi pada kelompok terapi diskusi tersebut
 - f. Kontrak waktu
 - g. Manimpulkan hasil kegiatan
 - h. Menutup acara
2. Co Leader
 - a. Mendampingi leader jika terjadi bloking
 - b. Mengoreksi dan mengingatkan leader jika terjadi kesalahan
 - c. Bersama leader memecahkan penyelesaian masalah
3. Observer
 - a. Mengobservasi persiapan dan pelaksanaan TAK dari awal sampai akhir
 - b. Mencatat semua aktifitas dalam terapi aktifitas kelompok
 - c. Mengobservasi perilaku pasien

4. Fasilitator
 - a. Membantu klien meluruskan dan menjelaskan tugas yang harus dilakukan
 - b. Mendampingi peserta TAK
 - c. Memotivasi klien untuk aktif dalam kelompok
 - d. Memotivasi klien untuk aktif dalam kelompok
5. Pasien
 - a. Menjalankan dan mengikuti kegiatan terapi

VIII. LANGKAH – LANGKAH

TAK STIMULASI PERSEPSI : HARGA DIRI RENDAH

Sesi 1 : Identifikasi Hal Positif pada Diri

A. Tujuan :

Klien dapat mengidentifikasi hal positif pada dirinya.

B. Setting :

1. Terapis dan klien duduk bersama dalam lingkaran.
2. Ruangan nyaman dan tenang.

C. Alat :

1. Spidol atau pena sebanyak jumlah klien yang mengikuti TAK.
2. Kertas putih HVS sebanyak klien peserta TAK.

D. Metode :

1. Diskusi.
2. Permainan.

E. Langkah Kegiatan :

1. Persiapan
 - a. Memilih klien sesuai dengan indikasi, yaitu klien dengan harga diri rendah.
 - b. Membuat kontrak dengan klien.
 - c. Mempersiapkan alat dan tempat pertemuan.

2. Orientasi

a. Salam terapeutik

- 1) Salam dari terapis kepada klien.
- 2) Perkenalkan nama dan panggilan terapis (pakai papan nama).
- 3) Menanyakan nama dan panggilan semua klien (beri papan nama).

b. Evaluasi/validasi

- 1) Menanyakan perasaan klien saat ini.

c. Kontrak

- 1) Terapis menjelaskan tujuan kegiatan, yaitu mengidentifikasi hal positif diri sendiri.
- 2) Terapis menjelaskan aturan main berikut.
 - a) Jika ada klien yang ingin meninggalkan kelompok, harus meminta izin kepada terapis.
 - b) Lama kegiatan 45 menit.
 - c) Setiap klien mengikuti kegiatan dari awal sampai selesai.

3. Tahap kerja

- a. Terapis memperkenalkan diri: nama lengkap dan nama panggilan serta memakai papan nama
- b. Terapis membagikan kertas dan spidol kepada klien.
- c. Terapis meminta tiap klien menulis hal positif tentang diri sendiri: kemampuan yang dimiliki, kegiatan yang biasa dilakukan di rumah dan rumah sakit.

Hal positif dapat berupa:

- Kelebihan atau kemampuan klien yang membanggakan
- Prestasi yang pernah diraih klien (saat sekolah, di tempat pekerjaan, di lingkungan rumah)

- d. Terapis meminta klien membacakan hal positif yang sudah ditulis secara bergiliran sampai semua klien mendapatkan giliran. Tanyakan perasaan klien setelah teridentifikasi hal positif diri.

Catatan: dengan mampu mengidentifikasi aspek positif diri sebanyak mungkin diharapkan akan menggantikan persepsi negatif diri klien dan meningkatkan harga diri klien secara bertahap

- e. Terapis memberi pujian pada setiap peran klien.

Catatan: dengan mampu mengidentifikasi aspek positif diri sebanyak mungkin diharapkan akan menggantikan persepsi negatif diri klien dan meningkatkan harga diri klien secara bertahap.

4. Tahap terminasi

a. Evaluasi

- 1) Terapis menanyakan perasaan klien setelah mengikuti TAK.
- 2) Terapis memberikan pujian atas keberhasilan kelompok.

b. Tindak lanjut

- 1) Terapis meminta klien menulis hal positif lain yang belum tertulis.

c. Kontrak yang akan datang

- 1) Menyepakati TAK yang akan datang, yaitu melatih hal positif diri yang dapat diterapkan di rumah sakit dan rumah.
- 2) Menyepakati waktu dan tempat.

F. Evaluasi dan Dokumentasi

1. Evaluasi

Evaluasi dilakukan saat proses TAK berlangsung, khususnya pada tahap kerja. Aspek yang dievaluasi adalah kemampuan klien sesuai dengan tujuan TAK. Untuk TAK stimulasi persepsi: harga diri rendah Sesi 1, kemampuan klien yang diharapkan adalah menuliskan pengalaman dan aspek positif (kemampuan) yang dimiliki. Formulir evaluasi sebagai berikut:

Sesi 1 : TAK

Stimulasi persepsi : harga diri rendah

Kemampuan menulis pengalaman yang tidak menyenangkan dan hal positif diri sendiri

No	Nama klien	Menulis positif diri	Membacakan hal positif diri	Mengekspresikan perasaan terhadap aspek positif diri
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				

Petunjuk:

1. Tulis nama panggilan klien yang ikut TAK pada kolom nama.
2. Untuk tiap klien, beri penilaian tentang kemampuan menulis pengalaman yang tidak menyenangkan dan aspek positif diri sendiri. Beri tanda (v) jika klien mampu dan tanda (-) jika klien tidak mampu.

2. Dokumentasi

Dokumentasikan kemampuan yang dimiliki klien saat TAK pada catatan proses keperawatan tiap klien. Contoh: klien mengikuti Sesi 1, TAK stimulasi persepsi harga diri rendah. Klien mampu menuliskan tiga hal pengalaman yang tidak menyenangkan, mengalami kesulitan menyebutkan hal positif diri. Anjurkan klien menulis kemampuan dan hal positif dirinya dan ting- katkan reinforcement (pujian).

IX. EVALUASI

A. Evaluasi Persiapan

Kegiatan TAK dilaksanakan pada 16 Maret 2021 jam 10.00 WIB. Kegiatan dilakukan di dalam halaman Yayasan pemenangan jiwa. Dalam pelaksanaan TAK, jumlah Pasien berjumlah 6 orang, peserta Laki-laki 3 orang dan perempuan 3 orang sesuai dengan proposal yang telah diajukan. Dalam terapi aktivitas kelompok perawat melakukan kontrak kepada pasien sehari sebelum TAK dilakukan. Mempersiapkan alat dan menyeting tempat dilakukan sebelum pasien datang di tempat pelaksanaan TAK. Suasana kegiatan TAK mulai dari awal hingga akhir acara berlangsung aman dan nyaman, Pasien sangat bersemangat. Pasien mampu memperagakan /mengekspresikan SP Harga Diri Rendah, dan Pasien mampu mengamati dengan baik jalannya kegiatan TAK.

B. Evaluasi Proses

Sebelum TAK dilaksanakan, leader memperkenalkan diri kepada pasien dan leader memberikan kesempatan untuk co-leader, fasilitator dan observer untuk memperkenalkan diri kepada pasien dan memberikan pasien kesempatan untuk memperkenalkan dirinya masing-masing. Leader dan coleader saling bergantian menjelaskan peraturan terapi aktivitas kelompok, seperti bagaimana peraturan yang di buat saat terapi aktivitas kelompok dilaksanakan, durasi berjalannya terapi aktivitas kelompok dan memberikan informasi kepada pasien bahwa perawat yang berada disebelah pasien sebagai fasilitator untuk membantu pasien selama berjalannya terapi aktivitas kelompok.

Dalam aktivitas kelompok, leader dan co-leader sudah melakukan tugasnya untuk menjelaskan jalannya terapi aktivitas kelompok dan memimpin jalannya terapi. Fasilitator sudah melakukan tugasnya untuk membantu pasien selama berjalannya terapi aktivitas kelompok. Observer telah melakukan tugasnya dengan mengamati jalannya terapi aktivitas kelompok apakah pasien mampu melakukan SP yang sudah ditentukan terapi.

C. Evaluasi Hasil

Respon pasien saat diberikan terapi aktivitas kelompok yaitu :

1. Mengidentifikasi kemampuan dan aspek positif yang dimiliki
Pasien mengatakan mampu melakukan kegiatan sesuai kemampuan yang pasien miliki, seperti ada yang suka membakar sampah, memotong rumput, membaca dan bernyanyi.
2. Menilai, menetapkan dan melatih kegiatan sesuai kemampuan yang dipilih 1 Pasien mengatakan dapat melakukan kegiatan yang mereka pilih seperti membakar sampah, memotong rumput, membaca dan bernyanyi.
3. Melatih kegiatan sesuai kemampuan yang dipilih 2 Pasien mengatakan mampu melakukan kegiatan yang mereka pilih 2 seperti membakar sampah, memotong rumput, membaca dan bernyanyi.
4. Melatih kegiatan sesuai kemampuan yang dipilih 3 Pasien mengatakan mampu melakukan kegiatan yang mereka pilih 3 seperti membakar sampah, memotong rumput, membaca dan bernyanyi.

X. NASKAH ROLEPLAY

Naskah Roleplay Terapi Aktivitas Kelompok untuk Harga Diri Rendah

Pemain :

1. Leader : Amalia
2. Co. Leader : Ratih
3. Fasilitator : Winda
4. Observer : Ancika
5. Pasien 1 : Erdita
6. Pasien 2 : Sagita

Di Rumah Sakit Jiwa di Yogyakarta terdapat beberapa pasien dengan Harga Diri Rendah kemudian mahasiswa dari Stikes Notokusumo Yogyakarta mengadakan Terapi Aktivitas Kelompok untuk mendiskusikan kemampuan dan aspek positif yang dimiliki oleh para pasien, membantu pasien untuk menilai kemampuan yang masih dapat digunakan, membantu pasien untuk memilih dan menetapkan kemampuan yang akan dilatih, melatih kemampuan yang sudah dipilih dan menyusun jadwal pelaksanaan kemampuan yang telah dilatih dalam rencana harian.

SESI 1

Fase Orientasi

Leader : Assalamuailaikum ibu, perkenalkan kami mahasiswa dari Stikes Notokusumo Yogyakarta. Nama saya (...) biasa di panggil (...), dan teman saya (menunjuk teman-teman yang lain dan meminta untuk berkenalan). Disini kami akan mengadakan kegiatan Terapi Aktivitas Kelompok yaitu mengidentifikasi hal positif dalam diri kita. Bagaimana apakah bersedia?

Pasien : Iya mau

Co Leader : Bagaimana perasaan ibu - ibu hari ini?

Pasien : Baik

Leader : Sebelum kita mulai, kita membuat kesepakatan dulu ya. Disini kita akan melakukan Terapi Aktivitas Kelompok selama 30 menit. Selama kita melakukan diskusi, peserta (Ibu-Ibu) dilarang untuk meninggalkan ruangan ini ya! Bagaimana, apakah sudah paham? Tolong mbak (observer) untuk mengabsen jumlah peserta yang sudah hadir ya!

Pasien : Iya, paham

Observer : baiklah, untuk peserta yang sudah hadir ada 2 orang, berarti sudah lengkap ya

Leader : Baiklah, kita mulai sekarang ya?

Peseta : Iya

Fase Kerja

Fasilitator :Selamat pagi semua. Masih ingat siapa saya?

Pasien : Ingat nama mbak (nama fasilitator)

Fasilitator : iya benar sekali. nah, Sebelum kita mulai, ada yang ingin mbak tanyakan? Disini saya membawa kertas dan juga bolpoin ya ibu. Setelah saya bagikan, nanti coba dituliskan dikertas itu tentang pengalaman yang tidak menyenangkan. Baiklah, kita coba ya" (fasilitator memberikan kertas dan spidol ke masing-masing pasien)

Pasien : (Pasien menulis hal yang tidak menyenangkan)

Fasilitator : (Menghampiri pasien 2) "Ayo ibu ditulis disini

Pasien 2 : Iya mbak

Fasilitator : Bagaimana sudah selesai belum?

Pasien 1 : Belum mbak bentar to

Fasilitator : Iya baik

10 menit kemudian

Fasilitator : (Membagikan kertas ke dua)

Fasilitator : Nah sudah semua ya, sekarang coba tulis kegiatan yang bisa dilakukan dirumah dan di RS

Pasien 1 : mencuci piring mbak

Fasilitator : Wah iya bagus sekali itu bu

Pasien 2 : menyapu mbak

Fasilitator : Bagus, apalagi bu? Jangan lupa ditulis dikertas yang sudah saya bagikan tadi ya Bu! Apa lagi kegiatan yang biasa dilakukan? Bagaimana kalau merapikan/membersihkan tempat tidur dan menyapu?

Pasien 2 : iya mbak, saya juga suka itu

Fasilitator : Sekarang waktunya membacakan ya coba urut dari pojok mbak (pasien 1) dibacakan

Pasien 1 : Mencuci piring mbak (Seluruh pasien membacakan kemampuan)

Pasien 2 : Menyapu dan membersihkan tempat tidur mbak

Fasilitator 1 : "Wah semuanya hebat "

Fase Terminasi

Fasilitator : Bagaimana perasaannya setelah kita berbincang-bincang hari ini?

Pasien : Senang sekali

Fasilitator : Sekarang coba salah satu menyebutkan kembali kegiatan yang biasa dilakukan dirumah dan di RS

Pasien 1 : Menyapu dan mencuci piring mbak

Fasilitator : Wah bagus sekali. Ternyata mbak masih ingat ya.

Co Leader : Mbak, kemampuan-kemampuan tadi kita masukkan ke jadwal yuk!!! Pertama kali kita mulai dari kegiatan yang pertama kita lakukan tadi, begini caranya (mempraktekan cara membereskan tempat tidur) Ayo dilakukan sendiri!! Iya bagus. Dilanjutkan kegiatan yang selanjutnya. Mbak, mau berapa hari sekali merapikan tempat tidur?

Pasien : setiap pagi sehabis bangun tidur mbak

Co Leader : Iya, mbak bagus!!! Setiap pagi atau sehabis bangun tidur. Kita masukkan ke jadwal harian ya mbak!!!Nah jadi kan.

Pasien : baik mbak

Leader : Berhubung waktu yang sudah kita sepakati telah habis, maka pertemuan kali ini saya cukupkan sampai di sini dulu ya ibu-ibu. Bagaimana jika besok kita bertemu lagi untuk berbincang- bincang tentang melatih hal positif dalam diri. Bagaimana apakah bersedia? Untuk tempatnya nanti diruangan ini selama 45 menit, bagaimana?"

Pasien : iya mau mbak

Leader : "Sesuai dengan yang kita sepakati tadi ya ibu-ibu semua. Besok kita kan bertemu di sini pukul 08.00 WIB untuk melakukan kegiatan melatih hal positif dalam diri selama 45 menit ya. Kalau begitu, Kami permisi dulu ya ibu. Sampai ketemu besok ibu. Selamat siang."