

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan mental menurut *World Health Organization* (2022) merupakan aspek yang sangat penting dalam kesejahteraan seseorang, yang memungkinkan individu untuk menghadapi berbagai tantangan dalam hidup, mengenal potensi diri, serta belajar dan bekerja dengan efektif. Gangguan, ketidakmampuan psikososial, dan keadaan yang menyebabkan penderitaan, berkurangnya fungsi, atau menyakiti diri sendiri semuanya termasuk dalam kesehatan mental (*World Health Organization*, 2022). 970 juta orang di seluruh dunia menurut *World Health Organization* (2024) mengalami gangguan mental pada tahun 2019 dengan kecemasan dan depresi yang paling umum. Orang yang mengalami kondisi kesehatan mental yang parah cenderung meninggal 10 hingga 20 tahun lebih dini dibandingkan dengan populasi umum.

Kesehatan mental menurut Undang-undang Nomor 17 Tahun 2023 merupakan kondisi ideal seseorang, yang mencakup aspek fisik, mental, spiritual, dan sosial. Hal ini bukan hanya berarti bebas dari penyakit, tetapi juga mendukung kemampuan individu untuk hidup secara produktif. (Presiden RI, 2023). Seseorang yang memiliki masalah pada mentalnya disebut dengan gangguan jiwa. Gangguan jiwa, yang sering disebut sebagai gangguan mental, merujuk pada kondisi kesehatan yang memengaruhi emosi, pemikiran, perilaku, serta interaksi sosial seseorang (Mubin et al., 2024). Gangguan jiwa dibagi

menjadi 3 yaitu gangguan jiwa ringan, sedang, hingga berat. Gangguan jiwa ringan hingga sedang umumnya termasuk dalam kategori gangguan jiwa psikososial. Jika tanda dan gejala yang muncul diabaikan tanpa penanganan yang tepat, kondisi ini dapat berkembang menjadi gangguan jiwa yang lebih berat. Prevelensi orang dengan masalah kesehatan jiwa di Indonesia sendiri pada tahun 2023 sebanyak 630.827 orang atau 2,0%. (Kemenkes RI, 2023).

Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) Gangguan mental meliputi gangguan kognitif, perilaku, dan emosional yang menyebabkan perubahan perilaku besar, nyeri, dan kesulitan dalam fungsi sehari-hari (Masdiana et al., 2024). Menyelenggarakan pelayanan kesehatan mental untuk menjamin setiap orang memperoleh kesehatan mental yang optimal merupakan salah satu upaya pemerintah untuk menurunkan jumlah penyintas penyakit mental. Program ini menjamin bahwa ODMK dan ODGJ menerima perawatan kesehatan mental dengan pendekatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif (Gubernur Provinsi Jawa Barat, 2018).

Pada tahun 2023, tercatat sebanyak 113.568 orang di Jawa Barat mengalami masalah kesehatan jiwa, yang setara dengan 4,4% dari populasi. Fasilitas yang dimanfaatkan oleh rumah anggota yang mengalami gangguan jiwa psikotik atau skizofrenia menunjukkan bahwa 60,7% pasien menerima perawatan di fasilitas kesehatan, sementara 0,5% memanfaatkan fasilitas non-kesehatan, dan 27,3% menggunakan kedua jenis fasilitas tersebut. Namun, terdapat 9,7% pasien yang tidak mendapatkan perawatan sama sekali. Pasien dari kelompok ekonomi yang lebih tinggi cenderung lebih aktif dalam memanfaatkan fasilitas kesehatan

dibandingkan dengan mereka yang berasal dari kelompok ekonomi yang lebih rendah (Kemenkes RI, 2023) Menurut pedoman untuk penyakit mental serius termasuk psikosis akut dan skizofrenia, pemeriksaan dan pendidikan kesehatan mental merupakan bagian dari perawatan kesehatan untuk ODGJ sebagai tindakan pencegahan sekunder.

Pada tahun 2023, estimasi jumlah orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) di Kabupaten Cirebon mencapai 3. 194 jiwa. Dari jumlah tersebut, 2. 920 orang atau sekitar 91,41% telah menerima pelayanan kesehatan sesuai dengan standar. Jika dibandingkan dengan tahun 2022, terjadi peningkatan, di mana tahun lalu jumlah ODGJ yang mendapatkan pelayanan kesehatan mencapai 2. 906 jiwa atau 91,30%. (Dinas Kesehatan Kabupaten Cirebon, 2023)

Data pasien dengan gangguan jiwa di Panti Gramesia Kabupaten Cirebon pada tahun 2024 menunjukkan bahwa gangguan persepsi sensori halusinasi merupakan kasus terbanyak dengan 91 pasien, diikuti oleh perilaku kekerasan sebanyak 34 pasien. Selain itu gangguan seperti harga diri rendah 31 pasien, defisit perawatan diri 26 pasien, dan isolasi sosial sebanyak 15 pasien. Secara keseluruhan, jumlah pasien dengan gangguan jiwa dalam periode tersebut mencapai 197 orang (Rekam Medik Panti Gramesia, 2024). Pasien dengan harga diri rendah sering mengalami kesulitan dalam bersosialisasi, yang dapat meningkatkan risiko terjadinya isolasi sosial atau perilaku penarikan diri, jika harga diri rendah tidak segera diatasi (Ananda, 2022).

Harga diri rendah menurut Wenny (2023) merupakan kondisi di mana seseorang merasakan ketidakpuasan terhadap dirinya sendiri, yang sering kali

diiringi oleh hilangnya kepercayaan terhadap diri, perasaan tidak berharga, ketidakberdayaan, serta sikap pesimistis yang membuat seseorang merasa putus asa.

Ada beberapa terapi nonfarmakologis untuk mengatasi harga diri rendah, salah satunya yaitu dengan menggunakan *expressive writing* atau menulis ekspresif. *Expressive writing therapy* adalah terapi menulis untuk meningkatkan kesehatan mental dengan mengekspresikan pengalaman emosional, mengurangi stres, dan meningkatkan kesejahteraan fisik, mental, perilaku, dan emosional. Nisaa' dkk (dalam Putra, 2024).

Penelitian yang dilakukan Putra, (2024) menunjukkan bahwa dari 2 pasien yang menjalani *expressive writing therapy*, dimana mereka dimotivasi untuk menulis mengenai aspek-aspek negatif, positif serta potensi yang mereka miliki, sekaligus melatih keterampilan tersebut. Hal ini bertujuan untuk mengenali kelebihan diri sehingga dapat meningkatkan rasa percaya diri mereka, dua pasien mengalami peningkatan harga diri yang signifikan setelah dilakukan *expressive writing therapy*. Selanjutnya penelitian oleh Mustofa & Wahyuni (2024) juga mendapati bahwa *expressive writing therapy* menunjukkan adanya peningkatan dan perbaikan dalam harga diri.

Berdasarkan penjelasan di atas, penulis tertarik untuk mengkaji lebih lanjut mengenai Gambaran Pelaksanaan *Expressive Writing Therapy* pada pasien dengan harga diri rendah. Dalam hal ini, teknik *Expressive Writing Therapy* akan menjadi fokus utama pembahasan, yang akan diuraikan secara mendetail pada bab selanjutnya.

1.2 Rumusan Masalah

Penulis merumuskan masalah “Bagaimanakah Gambaran Pelaksanaan *Exspressive Writing Therapy* pada Tn. I dan Tn. H dengan harga diri rendah di Panti Gramesia Kabupaten Cirebon?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Setelah melaksanakan penelitian berupa studi kasus penulis mendapatkan Gambaran Pelaksanaan *Exspressive Writing Therapy* pada Tn. I dan Tn. H dengan harga diri rendah di Panti Gramesia Kabupaten Cirebon.

1.3.1 Tujuan Khusus

Setelah melakukan studi kasus penulis dapat menggambarkan:

- a. Pelaksanaan tindakan *Expressive Writing Therapy* pada pasien dengan harga diri rendah di Panti Gramesia Kabupaten Cirebon.
- b. Respon atau perubahan setelah dilakukan tindakan *expressive writing therapy* pada pasien harga diri di Panti Gramesia Kabupaten Cirebon
- c. Menganalisis kesenjangan pasien pada kedua pasien harga diri rendah yang dilakukan *expressive writing therapy* pada Pasien dengan Harga Diri Rendah di Panti Gramesia Kabupaten Cirebon.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan bacaan pengetahuan keperawatan tentang *Exspressive Writing Therapy* terhadap pasien dengan harga diri rendah.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi penulis

Penulis dapat menerapkan pengetahuan dan keterampilan dalam melakukan *Exspressive Writing Therapy* pada klien dengan harga diri rendah.

b. Bagi pembaca

Pembaca dapat mengetahui gambaran pelaksanaan terkait *Exspressive Writing Therapy* pada klien dengan harga diri rendah.

c. Bagi klien

Klien dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan bagi klien yang mengalami harga diri rendah.

d. Bagi Panti Gramesia

Panti Gramesia mendapatkan acuan baru mengenai *Expressive Writing Therapy*

e. Institusi Pendidikan

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menambah bahan bacaan untuk menambah wawasan mengenai *Exspressive Writing Therapy* untuk pasien harga diri rendah