

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TERAPI *EXPRESSIVE WRITING*
PADA TN. H DAN TN. I DENGAN HARGA DIRI
RENDAH DI PANTI GRAMESIA
KABUPATEN CIREBON**



Oleh :

**DHEA SUHENDRA
NIM. P20620223061**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
CIREBON
2026**

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TERAPI *EXPRESSIVE WRITING*
PADA TN.H DAN TN.I DENGAN HARGA DIRI
RENDAH DI PANTI GRAMESIA
KABUPATEN CIREBON**

Diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan
Pada Program Studi Keperawatan
Cirebon



Oleh:

DHEA SUHENDRA
NIM. P20620223061

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
CIREBON
2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

JUDUL : PENERAPAN TERAPI *EXPRESSIVE WRITING*
PADA TN. H DAN TN. I DENGAN HARGA DIRI
RENDAH DI PANTI GRAMESIA KABUPATEN
CIREBON.

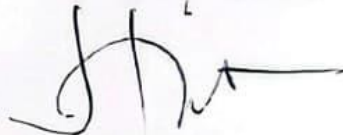
PENYUSUN : DHEA SUHENDRA
NIM. : P20620223061

Karya Tulis Ilmiah ini telah diperiksa dan disetujui Oleh
Pembimbing untuk diujikan

Cirebon, 22 Mei 2026 Pembimbing

Pembimbing Utama

Pmbimbing Pendamping



Dr.Hj. Dwi Putri P, SPd, S.Kep, Ns, M.Kep, Sp.Jiwa
NIP.197009231993122001

Eyet Hidayat, S.Pd, SKp, M.Kep, Ns, Sp. Kep.J
NIP.196709281991021001

Mengetahui :

Ketua Program Studi DIII Keperawatan



Eyet Hidayat, S.Pd, SKp, M.Kep, Ns, Sp. Kep.J
NIP.196709281991021001

LEMBAR PENGESAHAN

JUDUL : PENERAPAN TERAPI *EXPRESSIVE WRITING*
PADA TN. H DAN TN. I DENGAN HARGA DIRI
RENDAH DI PANTI GRAMESIA KABUPATEN
CIREBON.

PENYUSUN : DHEA SUHENDRA
NIM. : P20620223061

Karya Tulis Ilmiah ini telah diujikan dan dipertanggung jawabkan di hadapan Tim
Penguji pada tanggal 8 Juni 2026

Penguji

Ketua

Anggota I

Anggota II

Dr. Hj. Dwi Putri P, SPd. MKep, Ns, Sp.
Kep.J. NIP. 197009231993122001

Eyet Hidayat, SPd, SKp. MKep, Ns. Sp. Kep.J
NIP. 196709281991021001

Syarif Zen Yahya, SKp, Mkep
NIP. 196412121988031005

Mengesahkan :

Ketua Program Studi D III Keperawatan
Cirebon

Eyet Hidayat, SPd, SKp. MKep, Ns. Sp. Kep.J
NIP. 196709281991021001



SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : DHEA SUHENDRA
NIM : P20620223061
Program Studi : Prodi Keperawatan Cirebon
Judul KTI : PENERAPAN TERAPI *EXPRESSIVE WRITING* PADA
TN. H DAN TN. I DENGAN HARGA DIRI RENDAH DI
PANTI GRAMESIA KABUPATEN CIRBON.

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya susun ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Cirebon, 8 Juni 2026

Yang Membuat Pernyataan,



METERAI
TEMPEL
647A0A0X005781012

DHEA SUHENDRA

NIM. P20620223061

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **DHEA SUHENDRA**
NIM : P20620223061
Program Studi : Prodi Keperawatan Cirebon
Judul KTI : PENERAPAN TERAPI *EXPRESSIVE WRITING* PADA
TN. H DAN TN. I DENGAN HARGA DIRI RENDAH DI
PANTI GRAMESIA KABUPATEN CIRBON.

Dengan ini memberikan kewenangan kepada Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya mempublikasikan untuk kepentingan akademik tanpa meminta izin dan hak bebas royalti selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Cirebon, 8 Juni 2026

Yang membuat pernyataan,

DHEA SUHENDRA
NIM. P20620223061

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN CIREBON

Karya Tulis Ilmiah, Mei 2026

Penerapan Terapi Expressive Writing Pada Tn. H dan Tn. I Dengan Harga Diri Rendah Di Panti Gramesia Kabupaten Cirebon

Dhea Suhendra¹, Dwi Putri Parendrawati², Eyet Hidayat³

ABSTRAK

Latar Belakang: Harga diri rendah merupakan salah satu masalah psikologis yang sering dialami pasien dengan gangguan jiwa. Pasien cenderung memiliki penilaian negatif terhadap diri sendiri, merasa tidak berharga, malu, dan kurang percaya diri. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat diberikan adalah terapi *expressive writing* untuk membantu pasien mengekspresikan perasaan dan pikirannya. **Tujuan:** Mendapatkan gambaran pelaksanaan terapi *expressive writing* pada pasien dengan harga diri rendah di Panti Gramesia Kabupaten Cirebon. **Metode:** Penelitian menggunakan pendekatan studi kasus kualitatif pada dua pasien harga diri rendah. Data diperoleh melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan studi dokumentasi. Terapi *expressive writing* dilakukan dengan meminta pasien menuliskan perasaan, pikiran, dan pengalaman emosional yang dirasakan selama terapi. **Hasil Pembahasan:** Setelah dilakukan terapi *expressive writing*, kedua pasien menunjukkan perubahan positif. Pasien menjadi lebih terbuka dalam mengungkapkan perasaan, lebih percaya diri, mampu melakukan kontak mata dengan baik, serta berkurangnya pikiran negatif terhadap diri sendiri. **Kesimpulan:** Terapi *expressive writing* selama 5 hari efektif menurunkan gejala harga diri rendah pada kedua pasien, yang ditandai dengan perbaikan kontak mata, sikap asertif, dan kemampuan menilai positif diri sendiri. **Saran:** Terapi *expressive writing* diharapkan dapat diterapkan sebagai intervensi pendamping dalam asuhan keperawatan jiwa.

Kata Kunci: harga diri rendah, terapi expressive writing, keperawatan jiwa, Panti Gramesia

¹Mahasiswa Program Studi D III Keperawatan Cirebon, Politeknik Kesehatan Tasikmalaya

²Dosen Program Studi D III Keperawatan Cirebon, Politeknik Kesehatan Tasikmalaya

**TASIKMALAYA HEALTH POLYTECHNIC
NURSING STUDY PROGRAM OF CIREBON**

Scientific Paper, May 2026

Implementation of Expressive Writing Therapy in Mr. H and Mr. I with Low Self-Esteem at Panti Gramesia, Cirebon Regency

Dhea Suhendra¹, Dwi Putri Parendrawati², Eyet Hidayat³

ABSTRACT

Background: Low self-esteem is one of the psychological problems commonly experienced by patients with mental disorders. Patients tend to have negative self-perceptions, feel worthless, ashamed, and lack self-confidence. One of the non-pharmacological interventions that can be provided is expressive writing therapy to help patients express their feelings and thoughts. **Purpose:** To describe the implementation of expressive writing therapy in patients with low self-esteem at Panti Gramesia, Cirebon Regency. **Methods:** This study used a qualitative case study approach involving two patients with low self-esteem. Data were obtained through interviews, observation, physical examination, and documentation studies. Expressive writing therapy was conducted by asking patients to write down their feelings, thoughts, and emotional experiences during the therapy process. **Results:** After the implementation of expressive writing therapy, both patients showed positive changes. Patients became more open in expressing feelings, more confident, able to maintain good eye contact, and showed reduced negative thoughts about themselves. **Conclusion:** Expressive writing therapy for 5 days effectively reduced symptoms of self-esteem in both patients, marked by improved eye contact, assertiveness, and positive self-assessment. **Suggestion:** Expressive writing therapy is expected to be applied as a supportive intervention in psychiatric nursing care.

Keywords: low self-esteem, expressive writing therapy, psychiatric nursing, Panti Gramesia

¹Student of Diploma III Nursing Study Program Cirebon, Health Polytechnic of Tasikmalaya
^{2,3}Lecturers of Diploma III Nursing Study Program Cirebon, Health Polytechnic of Tasikmalaya

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “PENERAPAN TERAPI EXPRESSIVE WRITING PADA PASIEN TN. H DAN TN. I HARGA DIRI RENDAH DI PANTI GRAMESIA KABUPATEN CIREBON.” Untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi D III Keperawatan Cirebon.

Karya Tulis Ilmiah ini Alhamdulillah dapat terselesaikan tepat waktu berkat kerja keras dan senantiasa diiringi dengan do’a. Penulis mengucapkan terima kasih pada pihak-pihak yang terkait atas terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini diantaranya:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners, M.Kep. selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Hasan Machmudi S.H Selaku Ketua Panti Gramesia Kabupaten Cirebon.
3. Bapak Ridwan Kustiawan, S.kep, Ns, M.Kep, Sp.Kep.,J. Selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
4. Bapak Eyet Hidayat, SPd, SKp, M.Kep, Ns, Sp.Kep.J. selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya dan selaku Pembimbing Pendamping.
5. Ibu Dr. Hj. Dwi Putri P, SPd, S.Kep, Ns, M.Kep, Sp.Jiwa. selaku Pembimbing Utama yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan motivasi dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
6. Bapak Syarif Zen Yahya, SKp, MKep selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan, koreksi, dan arahan dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
7. Seluruh dosen dan staff kependidikan Prodi DIII Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang selalu membantu dan berbagi ilmu selama masa pendidikan dan penyusunan karya tulis ilmiah.

8. Kepada kedua orang tua tercinta atas segala doa, dukungan, kasih sayang, perhatian, serta pengorbanan yang tiada henti, baik secara moril maupun materil, yang menjadi kekuatan dan motivasi utama bagi penulis sehingga dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik.
9. Kepada M. Aldy Ramadhan, penulis menyampaikan terimakasih yang tulus atas doa, dukungan, perhatian, serta motivasi yang selalu diberikan selama proses penyusunan tugas akhir ini, baik melalui bantuan tenaga maupun pemikiran. Dukungan dan kesabaran yang diberikan menjadi sumber kekuatan bagi penulis hingga tugas akhir ini dapat diselesaikan dengan baik.
10. Kepada teman-teman seperjuangan terimakasih atas dukungan, kebersamaan, dan semangat yang diberikan selama proses perkuliahan hingga penyusunan tugas akhir ini.

Penulis menyadari Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun untuk menyempurnakan Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis juga berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak. Sekian Terima kasih.

Cirebon, Juni 2026

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	v
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan	5
D. Manfaat	5
E. Keaslian Data Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN TEORITIS	8
A. Konsep Harga Diri Rendah.....	8
B. Konsep Terapi <i>Expressive Writing</i>	19
C. Teknik Pelaksanaan Terapi <i>Expressive Writing</i>	21
D. Tahapan Terapi <i>Expressive Writing</i>	22
E. Kerangka Teori	25
F. Kerangka Konsep.....	26
BAB III METODE KARYA TULIS ILMIAH	27
A. Desain Karya Tulis Ilmiah	27
B. Subjek Karya Tulis Ilmiah	27
C. Definisi Operasional/ Batasan Istilah	28
D. Teknik Pengumpulan Data.....	29
E. Instrumen Pengumpulan Data.....	29
F. Lokasi dan Waktu	30
G. Prosedur Penyusunan KTI	30

H. Keabsahan Data	32
I. Analisis Data.....	33
J. Etika Penelitian	33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	36
A. Hasil Laporan Studi Kasus	36
B. Keterbatasan KTI.....	50
C. Implikasi untuk Keperawatan	51
BAB V PENUTUP	52
A. Kesimpulan.....	52
B. Saran	53
DAFTAR PUSTAKA.....	55
LAMPIRAN	57

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. 1 Prevalensi Pasien di Panti Gramesia	3
Tabel 1. 2 Keaslian Data Penelitian.....	7
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	28
Tabel 3. 2 Waktu Penyusunan Karya Tulis Ilmiah	30
Tabel 4. 1 Proses Pelaksanaan Terapi <i>Expressive Writing</i>	39
Tabel 4. 2 Respon Pasien I dan Pasien II	40
Tabel 4. 3 Respon Pasien I setelah dilakukan Terapi <i>Expressive Writing</i>	46
Tabel 4. 4 Respon Pasien II setelah dilakukan Terapi <i>Expressive Writing</i>	47

DAFTAR BAGAN

	Halaman
Bagan 2. 1 Rentang Respon Harga Diri	15
Bagan 2. 2 Kerangka Teori	25
Bagan 2. 3 Kerangka Konsep.....	26

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 <i>Penjelasan Sebelum Pelaksanaan</i>	58
Lampiran 2 <i>Informed Consent</i>	59
Lampiran 3 <i>SOP Terapi Expressive Writing</i>	60
Lampiran 4 <i>Lembar Observasi Terapi Expressive Writing</i>	63
Lampiran 5 <i>Lembar Konsultasi Proposal</i>	68
Lampiran 6 <i>Hasil Turnitin</i>	71
Lampiran 7 <i>Rekomendasi Perbaikan Hasil Ujian Proposal KTI</i>	72
Lampiran 8 <i>Lembar Konsultasi KTI</i>	74
Lampiran 9 <i>Rekomendasi Perbaikan Hasil Ujian KTI</i>	75