

**TRANSISI DARI PENGENDALIAN GEJALA MENUJU PEMULIHAN
HARGA DIRI PADA PASIEN PASCA PSIKOTIK
DENGAN RIWAYAT KEKERASAN VERBAL**

Rosmitha Tanan¹, Jeane Rosalia Kutanggas², Harumitha Tukayo³, Alfrida Gobai⁴
Politeknik Kesehatan Kementerian kesehatan Jayapura^{1,2,3,4}
rosmithatanan@gmail.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan menggambarkan transisi dari pengendalian gejala menuju pemulihan harga diri melalui penerapan terapi aktivitas kehidupan sehari-hari pada pasien pasca psikotik dengan riwayat kekerasan verbal. Metode Penelitian menggunakan desain studi kasus deskriptif terhadap satu pasien Rawat Jalan di Puskesmas Timika dengan diagnosis keperawatan harga diri rendah kronik, pasien pasca psikotik dan kekerasan verbal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan skor RSES dari 7 (kategori rendah) menjadi 18 (kategori sedang) serta perubahan perilaku positif berupa peningkatan kemandirian, rasa bangga terhadap hasil kerja, dan interaksi sosial yang lebih baik dengan keluarga. Dukungan emosional dari keluarga berperan penting dalam memperkuat rasa percaya diri dan motivasi pasien untuk berpartisipasi dalam aktivitas harian. Simpulan, terapi aktivitas kehidupan sehari-hari yang disertai dukungan keluarga efektif dalam membantu transisi pasien pasca psikotik dari fase pengendalian gejala menuju pemulihan harga diri dan fungsi psikososial.

Kata Kunci: Harga Diri Rendah, Kekerasan Verbal, Pasca Psikotik, Pemulihan Psikososial, Terapi Aktivitas

ABSTRACT

This study aims to describe the transition from symptom control to self-esteem recovery through the application of activities of daily living therapy (ADL) in post-psychotic patients with a history of verbal abuse. The research method used a descriptive case study design on one outpatient at the Timika Community Health Center with a nursing diagnosis of chronic low self-esteem, post-psychotic patients, and verbal abuse. The results showed an increase in the RSES score from 7 (low category) to 18 (moderate category) and positive behavioral changes in the form of increased independence, pride in work performance, and improved social interactions with family. Emotional support from family plays a crucial role in strengthening the patient's self-confidence and motivation to participate in daily activities. In conclusion, ADL therapy accompanied by family support is effective in helping post-psychotic patients transition from the symptom control phase to the recovery of self-esteem and psychosocial functioning.

Keywords: Low Self-Esteem, Verbal Abuse, Post-Psychotic, Psychosocial Recovery, ADL Therapy

PENDAHULUAN

Gangguan psikotik merupakan salah satu bentuk gangguan jiwa berat yang mempengaruhi fungsi dasar manusia, meliputi persepsi, pikiran, emosi, dan perilaku. Individu yang mengalami gangguan ini kehilangan kemampuan membedakan antara kenyataan dan khayalan, sehingga sering menunjukkan perilaku yang tidak sesuai dengan realitas (Kadir et al., 2023; Firdaus et al., 2024). Gangguan psikotik, termasuk skizofrenia dan gangguan skizoafektif, menjadi masalah kesehatan jiwa global yang berdampak signifikan terhadap kualitas hidup individu dan keluarganya. Menurut data Riskesdas (2018), prevalensi gangguan psikotik di Indonesia mencapai sekitar 1,7 per 1.000 penduduk, menjadikannya sebagai salah satu beban kesehatan jiwa yang cukup tinggi (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Meskipun kemajuan dalam pengobatan farmakologis telah mampu mengendalikan gejala utama gangguan psikotik seperti halusinasi dan waham, pemulihan psikososial pasien sering kali berjalan lebih lambat.

Salah satu masalah psikologis yang sering muncul pada fase pasca psikotik adalah harga diri rendah, yaitu perasaan tidak berharga dan kurang percaya diri yang menghambat adaptasi sosial (Sahira et al., 2024; Burger et al., 2024). Harga diri yang rendah dapat menghambat proses pemulihan, menurunkan motivasi, serta mengurangi kemampuan pasien untuk kembali berfungsi secara sosial dan emosional dalam kehidupan sehari-hari (Oktoviani et al., 2024). Pada pasien Pasca Psikotik, seringkali di temukan pasien mampu mengendalikan halusinasi dan waham namun muncul perasaan tidak berharga, malu, dan kehilangan kepercayaan diri.

Penurunan harga diri dapat disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain pengalaman traumatis, stigma sosial, dan terutama riwayat kekerasan dalam keluarga (Rahmawati et al., 2024). Kekerasan verbal merupakan salah satu penyebab terjadinya penurunan harga diri pasien. Kekerasan verbal merupakan bentuk kekerasan emosional yang terjadi melalui kata-kata kasar, hinaan, atau ejekan yang merendahkan martabat seseorang secara berulang. Individu yang tumbuh dalam lingkungan penuh kekerasan verbal cenderung menginternalisasi pandangan negatif tentang dirinya, yang dapat bertahan hingga dewasa bahkan setelah gejala psikotik mereda (Niman & Surbakti, 2022). Bagi pasien pasca psikotik, kondisi ini menjadi tantangan ganda, selain harus menyesuaikan diri dengan dampak penyakit, mereka juga perlu memulihkan luka emosional dan membangun kembali konsep diri positif. Oleh karena itu, intervensi keperawatan tidak boleh berhenti pada pengendalian gejala, tetapi perlu diarahkan pada pemberdayaan pasien untuk menemukan kembali rasa kompeten, percaya diri, dan makna hidupnya.

Perubahan paradigma dalam keperawatan jiwa menuju pendekatan berbasis pemulihan (*recovery oriented care*) menekankan pentingnya memandang pasien bukan sebagai individu yang sakit, tetapi sebagai pribadi yang memiliki potensi untuk pulih dan berdaya (Burger et al., 2024). Pendekatan ini menempatkan harga diri sebagai komponen kunci dalam proses pemulihan psikososial karena rasa berharga dan percaya diri mendorong kepatuhan terapi, kemandirian, serta keterlibatan sosial yang positif.

Salah satu intervensi yang dapat mendukung pemulihan harga diri adalah terapi aktivitas. Pasien skizofrenia pada fase pasca akut memerlukan dukungan yang tidak hanya berfokus pada pengendalian gejala, tetapi juga pada pemulihan fungsi kehidupan sehari-hari. Dalam konteks ini, intervensi berbasis aktivitas perawatan diri dan kegiatan harian (*Activities of Daily Living*) menjadi sangat penting. Pasien dilatih untuk kembali mengenali kemampuan dan tanggung jawab pribadinya. Hasil intervensi menunjukkan adanya peningkatan yang nyata dalam fungsi, kemandirian, dan kontrol diri. Pasien mulai menunjukkan kemampuan untuk merawat dirinya secara mandiri, mengambil keputusan sederhana, serta berpartisipasi

aktif dalam aktivitas sosial. Peningkatan ini mencerminkan tumbuhnya rasa kompeten dan percaya diri, yang merupakan indikator utama dari harga diri (Sayed et al., 2024)

Terapi aktivitas terbukti menjadi pendekatan yang efektif dalam meningkatkan harga diri pasien skizofrenia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi aktivitas memberikan dampak yang signifikan terhadap peningkatan harga diri pasien skizofrenia. Rata-rata skor harga diri pada kelompok intervensi meningkat tajam, dari 13,16 menjadi 26,05, sedangkan kelompok kontrol hanya mengalami peningkatan kecil, dari 12,4 menjadi 14,9. Analisis statistik menunjukkan bahwa perbedaan ini signifikan secara bermakna ($p < 0,05$). Temuan ini menggambarkan bahwa keterlibatan dalam aktivitas sederhana dan bermakna mampu menumbuhkan kembali kepercayaan diri, rasa mampu, serta fungsi psikososial pasien. Melalui kegiatan yang terstruktur dan sesuai dengan kemampuan individu, pasien belajar untuk mengenali potensi diri, merasa berguna, dan berinteraksi kembali dengan lingkungan secara positif. Hal ini menegaskan bahwa terapi aktivitas bukan hanya memperkuat aspek fungsional, tetapi juga berperan penting dalam pemulihan psikologis dan sosial pasien pasca psikotik (Paul et al., 2025).

Penelitian-penelitian sebelumnya lebih banyak berfokus pada efektivitas terapi aktivitas dalam meningkatkan harga diri pada pasien skizofrenia secara umum, tanpa memperhatikan latar belakang psikologis pasien yang memiliki riwayat kekerasan verbal. Hingga saat ini, belum ditemukan penelitian yang secara khusus menyoroti transisi dari pengendalian gejala menuju pemulihan harga diri pada pasien pasca psikotik dengan pengalaman kekerasan verbal dalam keluarga. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki nilai kebaruan dalam konteks pengembangan praktik keperawatan jiwa berbasis pemulihan, dengan menekankan pentingnya terapi aktivitas kehidupan sehari-hari yang dipadukan dengan dukungan emosional keluarga sebagai strategi membangun kembali harga diri dan fungsi psikososial pasien.

Penelitian ini bertujuan menggambarkan proses transisi dari pengendalian gejala menuju pemulihan harga diri melalui penerapan terapi aktivitas kehidupan sehari-hari pada pasien pasca psikotik dengan riwayat kekerasan verbal. Manfaat penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis bagi pengembangan praktik keperawatan jiwa berbasis pemulihan (*recovery oriented care*), serta menjadi acuan praktis bagi perawat dalam menerapkan intervensi sederhana yang berfokus pada peningkatan kemandirian dan rasa percaya diri pasien. Selain itu, hasil penelitian ini bermanfaat bagi keluarga dan institusi pelayanan kesehatan jiwa dalam memperkuat dukungan emosional serta mengembangkan program terapi aktivitas terstruktur yang mendukung pemulihan psikososial pasien secara berkelanjutan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan transisi dari pengendalian gejala menuju pemulihan harga diri melalui penerapan terapi aktivitas kehidupan sehari-hari pada pasien pasca psikotik dengan riwayat kekerasan verbal. Subjek penelitian adalah satu orang pasien yang dipilih secara purposif berdasarkan kriteria tertentu, yaitu pasien rawat jalan di Puskesmas Timika dengan diagnosis keperawatan harga diri rendah kronik yang berada dalam masa pemulihan pasca psikotik, mampu berkomunikasi dengan baik, dan bersedia berpartisipasi dalam intervensi. Penelitian dilaksanakan di rumah pasien dari tanggal 12 – 22 September 2025. Proses pengumpulan data dilakukan melalui empat teknik utama, yaitu wawancara; observasi; studi dokumentasi dan pengisian kuesioner Rosenberg Self Esteem Scale (RSES) digunakan untuk mengukur tingkat harga diri pasien sebelum dan sesudah intervensi.

Intervensi keperawatan difokuskan pada terapi aktivitas kehidupan sehari-hari (ADL therapy), perawat menentukan bersama pasien aktivitas yang akan dilatih sesuai kemampuan pasien. Intervensi dilakukan selama dua minggu, yang meliputi pelatihan kegiatan seperti membersihkan tempat tidur, menyapu, memasak sederhana, dan melipat pakaian sesuai kemampuan pasien. Setelah pelaksanaan intervensi, seluruh data kemudian dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan perubahan yang terjadi pada pasien sebelum dan setelah intervensi diberikan. Hasil pengukuran RSES sebelum dan sesudah intervensi dibandingkan untuk melihat peningkatan tingkat harga diri pasien, sedangkan data kualitatif dari observasi dan wawancara dianalisis dengan cara mengidentifikasi tema-tema perubahan yang sesuai dengan tujuan penelitian ini.

HASIL PENELITIAN

Tn. Y, 33 tahun, datang dengan keluhan halusinasi pendengaran. Pasien mengatakan sering mendengar suara perempuan sejak masa SMA. Suara tersebut biasanya muncul ketika pasien sedang sendiri; terkadang hanya berupa tawa, namun kadang juga menyuruhnya untuk berlari. Setiap kali mendengar suara tersebut, pasien cenderung diam dan memilih untuk tidur. Pasien mulai menjalani pengobatan di Puskesmas Timika sejak satu tahun yang lalu. Setelah rutin mengonsumsi obat, pasien melaporkan tidak lagi mendengar suara-suara tersebut.

Saat ini pasien tampak pasif, menarik diri, dan menolak berinteraksi dengan anggota keluarga. Berdasarkan hasil pengkajian konsep diri, pasien mengatakan kurang percaya diri dan lebih suka menyendiri. Ia menyebut dirinya sebagai anak laki-laki sulung yang belum bekerja dan merasa belum mampu berperan sebagai pencari nafkah, terlebih setelah ayahnya meninggal dunia. Pasien mengungkapkan keinginan untuk memiliki pekerjaan dan dapat membantu keluarga, namun merasa dirinya tidak berguna, minder, dan kurang percaya diri. Dari hasil observasi, tampak afek datar, kontak mata kurang, serta kesulitan memulai pembicaraan, suara pelan, dan terus menunduk.

Menurut keterangan adik pasien, sejak SD pasien sering dimarahi oleh ayahnya dan disebut sebagai anak yang tidak berguna. Perlakuan tersebut berlangsung hingga pasien duduk di bangku SMA. Saat ini, menurut adiknya, pasien hanya beraktivitas di dalam rumah, seperti menonton televisi, tidur, dan makan. Hasil pengukuran skala Harga Diri dengan instrumen RSES:

Tabel 1
Perubahan Skor RSES sebelum dan sesudah intervensi

No	Pernyataan	Jenis Pernyataan	Skor Sebelum	Skor Sesudah
1	Saya merasa diri saya berharga seperti orang lain.	Positif	1	2
2	Saya merasa memiliki banyak hal baik dalam diri saya.	Positif	0	2
3	Kadang saya merasa tidak pintar atau tidak mampu	Negatif	1	1
4	Saya bisa melakukan hal-hal dengan cukup baik seperti orang lain.	Positif	1	2
5	Saya merasa tidak punya banyak hal untuk dibanggakan.	Negatif	1	2
6	Saya punya pandangan positif terhadap diri saya.	Positif	0	1

7	Secara umum, saya merasa puas dengan diri saya sendiri.	Positif	1	2
8	Saya merasa belum bisa menghargai diri saya sendiri	Negatif	1	2
9	Kadang-kadang saya merasa tidak berharga.	Negatif	1	2
10	Saya sering merasa gagal dalam hidup.	Negatif	0	2
Total Skor			7	18

Berdasarkan hasil pengukuran RSES, terjadi peningkatan skor pasien dari 7 (rendah) menjadi 18 (sedang) setelah dilakukan intervensi selama dua minggu. Setelah intervensi, pada minggu pertama, keluarga melaporkan bahwa Tn. Y mulai terlibat dalam berbagai pekerjaan rumah tangga, seperti menyapu dan melipat pakaian. Keluarga bahkan membuat jadwal memasak, dan Tn. Y bersedia masuk dalam jadwal tersebut untuk bergantian memasak bersama ibu dan adiknya.

Pada minggu kedua, saat kunjungan rumah, pasien tampak sedang menjemur pakaian dan mengatakan baru saja selesai mencuci pakaian sendiri. Ia mulai menyapa terlebih dahulu ketika melihat perawat datang, menunjukkan kontak mata yang baik, dan tersenyum selama berinteraksi. Tn. Y tampak lebih bersemangat, lebih fokus saat berbicara dengan lawan bicara, serta memperlihatkan ekspresi wajah yang lebih hidup. Selain itu, pasien mulai mengungkapkan rasa bangga terhadap hasil kerjanya dan mengatakan merasa “lebih berguna bagi keluarga”.

Ibu dan adik pasien mengatakan bahwa mereka secara konsisten memberikan pujian atas setiap keberhasilan kecil yang dicapai pasien. Keluarga juga mengungkapkan bahwa sebelumnya mereka tidak mengetahui jika Tn. Y sebenarnya mampu diajak berpartisipasi dalam kegiatan rumah tangga, dan mereka merasa senang melihat kemajuan tersebut.

PEMBAHASAN

Gangguan psikotik merupakan salah satu gangguan jiwa berat yang ditandai oleh gangguan pada persepsi, pikiran, emosi, dan perilaku, di mana individu kehilangan kemampuan membedakan antara realitas dan khayalan. Meskipun terapi farmakologis dapat membantu mengendalikan gejala akut seperti halusinasi dan waham, banyak pasien yang masih mengalami kesulitan pada fase pasca psikotik, terutama terkait rendahnya harga diri dan keterbatasan fungsi sosial. Kondisi ini menunjukkan bahwa keberhasilan perawatan tidak hanya ditentukan oleh hilangnya gejala, tetapi juga oleh sejauh mana pasien mampu membangun kembali kepercayaan diri, makna hidup, serta peran sosialnya dalam masyarakat (Hofer et al., 2023).

Pendekatan *recovery oriented care* menjadi landasan penting dalam paradigma keperawatan jiwa modern. Pendekatan ini menekankan bahwa pemulihan sejati bukan sekadar hilangnya gejala, melainkan proses di mana individu mampu menemukan kembali harapan, makna, dan identitas dirinya. Fokus perawatan diarahkan pada kekuatan dan potensi pasien, bukan pada keterbatasannya (Mousavizadeh & Bidgoli, 2023). Dalam pendekatan *recovery-oriented care*, perawat memiliki peran sentral sebagai fasilitator yang mendampingi pasien melalui hubungan terapeutik yang empatik, kerja sama yang saling mendukung, serta melibatkan pasien secara aktif dalam proses pengambilan keputusan terkait perawatannya. Pendekatan ini membantu memperkuat komunikasi yang setara antara perawat dan pasien, sehingga pasien merasa dihargai, memiliki kendali atas perawatannya, serta mampu memulihkan kembali harga dirinya (Martínez-Angulo et al., 2024; Kealeboga et al., 2023).

Kasus Tn. Y, pasien pasca psikotik dengan sisa gejala negatif berupa menarik diri, harga diri rendah, dan kehilangan rasa percaya diri akibat kekerasan verbal dari ayahnya, dapat dijelaskan melalui *stress vulnerability* model. Model ini menegaskan bahwa gangguan psikotik muncul akibat interaksi antara kerentanan biologis dan stres psikososial yang berulang. Menurut Murphy et al., (2022) trauma masa kanak-kanak seperti kekerasan verbal menyebabkan disregulasi sumbu HPA (Hipotalamus-Hipofisis-Adrenal), sehingga respons stres menjadi kronis dan berdampak pada kestabilan emosi serta penilaian diri. Kondisi ini menjelaskan mengapa Tn. Y tetap menunjukkan gejala negatif dan harga diri rendah meskipun fase akut telah berlalu. Sementara itu O'Brien et al., (2025) menunjukkan bahwa trauma masa kanak-kanak berhubungan erat dengan perubahan sistem dopaminergik yang memicu gejala psikotik seperti halusinasi pendengaran, serta menghambat pemulihan fungsi motivasi dan kepercayaan diri. Kedua penelitian tersebut memperkuat bahwa kekerasan verbal kronis dapat menimbulkan gangguan stres biologis dan neuropsikologis yang berkontribusi pada munculnya dan bertahannya gejala psikotik.

Halusinasi yang dialami Tn. Y dapat dipahami sebagai bentuk “suara batin” (*inner speech*) yang muncul dari pengalaman kekerasan di masa lalu. Penelitian menunjukkan bahwa isi dan nada suara yang didengar oleh pasien psikotik sering kali mencerminkan pengalaman traumatik interpersonal yang belum terselesaikan secara emosional (Van Den Berg et al., 2023). Trauma masa kecil, terutama kekerasan verbal dan emosional, dapat membentuk pola berpikir negatif yang kemudian muncul sebagai suara yang mengkritik atau mengancam seolah-olah suara pelaku kekerasan itu masih hidup di dalam diri (Begemann et al., 2022; Dudley et al., 2024). Model terbaru juga menjelaskan bahwa rasa bersalah dan tidak berharga yang tersimpan dalam memori traumatik bisa “berbicara kembali” sebagai suara eksternal, sehingga memperkuat kaitan antara luka batin, konflik dalam diri, dan gejala psikotik yang muncul (O'Brien et al., 2025).

Perilaku Tn. Y yang sering menarik diri, ekspresi datar, dan hilangnya semangat menunjukkan gejala sisa pasca psikotik. Kondisi ini bukan disebabkan oleh halusinasi atau delusi, tetapi lebih pada perasaan tidak berharga dan kehilangan kepercayaan diri setelah kehilangan figur ayah dan merasa gagal menjalankan peran sebagai kepala keluarga. Sejak kecil, Tn. Y sering mendapat hinaan dan kata-kata merendahkan dari ayahnya. Kekerasan verbal yang berulang membentuk pola pikir negatif seperti “saya tidak berguna” atau “saya tidak mampu,” yang kemudian terinternalisasi dan memengaruhi konsep dirinya hingga dewasa. Penelitian menunjukkan bahwa trauma masa kanak-kanak, termasuk kekerasan verbal, dapat menyebabkan disregulasi emosi dan perubahan sistem neurobiologis yang meningkatkan risiko terjadinya gangguan psikotik (Inyang et al., 2022). Kekerasan verbal juga dapat menurunkan harga diri dan menimbulkan rasa bersalah serta tidak berdaya, yang berkontribusi terhadap munculnya gejala negatif seperti penarikan diri sosial.

Meskipun gejala positif psikotik sudah terkendali, namun saat ini muncul perasaan malu dan enggan berinteraksi, ekspresi datar dan kurangnya motivasi masih tampak sebagai sisa gangguan afektif. Karena itu, pemulihan pasien seperti Tn. Y perlu berfokus tidak hanya pada pengendalian gejala klinis, tetapi juga pada peningkatan harga diri dan fungsi psikososial. Hasil pengukuran harga diri dengan instrumen Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) menunjukkan adanya peningkatan skor Tn. Y dari 7 (rendah) menjadi 18 (normal) setelah mengikuti intervensi *Activities of Daily Living* (ADL) Therapy selama dua minggu. Perubahan ini menggambarkan kemajuan psikososial yang bermakna, terutama pada aspek inisiatif, ekspresi emosi positif, serta kemampuan berinteraksi sosial di lingkungan rumah. Kegiatan sehari-hari yang bermakna seperti membantu pekerjaan rumah atau berpartisipasi dalam aktivitas keluarga dapat menumbuhkan rasa mampu dan berguna. Intervensi berbasis

aktivitas terbukti dapat meningkatkan harga diri dan fungsi sosial pada individu dengan skizofrenia (Paul et al., 2025). Penelitian menunjukkan bahwa pelatihan keterampilan kehidupan sehari-hari berpengaruh terhadap peningkatan fungsi sosial dan rasa percaya diri pasien skizofrenia.

Aktivitas ini membantu pasien mengembangkan identitas positif serta persepsi kontrol terhadap lingkungannya, yang menjadi komponen penting dalam pemulihan harga diri (Cahyaningsih et al., 2024). Hasil penelitian tersebut mendukung temuan pada Tn. Y, di mana keterlibatan aktif dalam kegiatan rumah tangga mendorong munculnya kembali inisiatif dan ekspresi afektif positif, seperti menyapa lebih dulu, tersenyum, dan mempertahankan kontak mata. Selain itu, dukungan keluarga memiliki peran penting dalam memperkuat motivasi dan mempertahankan harga diri pasien skizofrenia. Penelitian oleh Ulfah et al., (2021) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan harga diri pasien skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Sambang Lihum. Keluarga yang memberikan perhatian, penghargaan, dan pujian atas keberhasilan kecil dapat membantu pasien merasa diterima dan berharga, sehingga meningkatkan kepercayaan diri serta mempercepat pemulihan psikososial. Dalam kasus Tn. Y, kehadiran keluarga yang responsif dan suportif berkontribusi besar terhadap keberhasilan intervensi dan peningkatan rasa berharga diri pasien. Hal ini sejalan dengan penelitian Rahmah & Arbi (2025) yang mengatakan bahwa *Activity Daily Living* dengan dukungan keluarga dapat meningkatkan kemandirian pasien dengan skizofrenia residual.

Intervensi yang diberikan pada Kasus Tn.Y menggunakan pendekatan *recovery oriented care*, ini menjadi kerangka penting untuk memahami proses pemulihan yang berfokus pada harapan, identitas, dan pemberdayaan pasien. Pendekatan ini menekankan bahwa pemulihan bukan hanya tentang hilangnya gejala, tetapi bagaimana individu kembali menemukan makna dan kendali atas hidupnya (Leendertse et al., 2023). Dalam konteks Tn. Y, keterlibatan aktif dalam aktivitas rumah tangga dan dukungan emosional keluarga mencerminkan penerapan prinsip *recovery-oriented care*, di mana pasien diposisikan sebagai individu yang memiliki potensi, bukan sekadar penerima perawatan. Peran perawat sebagai fasilitator yang mendorong partisipasi pasien dalam aktivitas bermakna membantu membangun rasa kompetensi, harga diri, dan hubungan sosial yang positif (Bjørkedal et al., 2023). Penelitian lainnya menunjukkan bahwa aktivitas sehari-hari yang bermakna dapat mendukung pemulihan psikososial, termasuk pada pasien dengan gejala negatif skizofrenia, meskipun efeknya bervariasi tergantung desain dan durasi intervensi (D'Anna et al., 2023; Nishad et al., 2024).

Berdasarkan hasil studi kasus pada Tn.Y, tampak jelas gambaran proses transisi yang dialami pasien pasca psikotik dari fase pengendalian gejala menuju pemulihan harga diri. Pada fase awal, pasien hanya mencapai stabilisasi gejala positif seperti berhentinya halusinasi, namun masih menunjukkan gejala negatif berupa menarik diri, afek datar, dan ungkapan rasa tidak berharga. Setelah penerapan terapi aktivitas kehidupan sehari-hari, pasien mulai menunjukkan perubahan bertahap dari pasif menjadi lebih aktif, dari ragu menjadi percaya diri, dan dari ketergantungan menjadi lebih mandiri. Aktivitas sederhana seperti menyapu, memasak, dan melipat pakaian menjadi media untuk menumbuhkan kembali rasa mampu dan berguna. Dukungan emosional keluarga memperkuat proses ini dengan memberikan penguatan positif dan rasa diterima. Transformasi perilaku dan peningkatan skor RSES mencerminkan bahwa pemulihan pasien tidak hanya terkait hilangnya gejala psikotik, tetapi juga terbentuknya kembali konsep diri yang positif. Dengan demikian, perubahan perilaku Tn. Y setelah dua minggu intervensi aktivitas rumah tangga dan dukungan keluarga menunjukkan bahwa pendekatan sederhana berbasis aktivitas sehari-hari mampu membantu

pasien pasca psikotik membangun kembali rasa percaya diri, harga diri, dan fungsi sosial secara bertahap, sekaligus menandai transisi dari fokus klinis pada symptom control menuju pemulihan psikososial yang berpusat pada pemulihan harga diri dan makna hidup pasien.

SIMPULAN

Penerapan terapi aktivitas kehidupan sehari-hari (*Activities of Daily Living Therapy*) yang disertai dukungan emosional keluarga efektif membantu pasien pasca psikotik dengan riwayat kekerasan verbal bertransisi dari fase pengendalian gejala menuju pemulihan harga diri. Setelah intervensi dua minggu, terjadi peningkatan skor *Rosenberg Self-Esteem Scale* serta perubahan positif dalam kemandirian, rasa percaya diri, dan interaksi sosial pasien, yang menandakan keberhasilan proses pemulihan psikososial berbasis *recovery oriented care*.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat beberapa implikasi yang dapat menjadi masukan bagi berbagai pihak. Bagi perawat jiwa, diharapkan dapat menerapkan terapi aktivitas kehidupan sehari-hari (ADL Therapy) sebagai bagian dari intervensi keperawatan berbasis pemulihan, khususnya bagi pasien pasca psikotik dengan masalah harga diri rendah. Bagi keluarga pasien, keterlibatan aktif dalam memberikan dukungan dan penguatan positif perlu terus ditingkatkan, karena dukungan emosional keluarga terbukti berperan penting dalam mempercepat pemulihan harga diri dan fungsi sosial pasien. Bagi institusi pelayanan kesehatan jiwa, disarankan untuk mengembangkan program terapi aktivitas terstruktur yang menekankan aspek pemberdayaan pasien serta kolaborasi dengan keluarga sebagai bagian dari model *recovery oriented mental health nursing*. Sementara itu, bagi peneliti selanjutnya, perlu dilakukan penelitian dengan jumlah subjek yang lebih besar dan durasi intervensi yang lebih panjang untuk memperkuat bukti empiris mengenai efektivitas terapi aktivitas dalam meningkatkan harga diri dan pemulihan psikososial pasien pasca psikotik.

DAFTAR PUSTAKA

- Begemann, M. J. H., Sommer, I. E., Brand, R. M., Oomen, P. P., Jongeneel, A., Berkhout, J., Molenaar, R. E., Wielage, N. N., Toh, W. L., Rossell, S. L., & Bell, I. H. (2022). Auditory Verbal Hallucinations and Childhood Trauma Subtypes Across the Psychosis Continuum: A Cluster Analysis. *Cognitive Neuropsychiatry*, 27(2–3), 150–168. <https://doi.org/10.1080/13546805.2021.1925235>
- Bjørkedal, S. T. B., Bejerholm, U., Hjorthøj, C., Møller, T., & Eplov, L. F. (2023). Meaningful Activities and Recovery (MA&R): A Co-Led Peer Occupational Therapy Intervention for People with Psychiatric Disabilities. Results from a Randomized Controlled Trial. *BMC Psychiatry*, 23(1), 1–15. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-04875-w>
- Burger, T. J., van Eck, R. M., Lachmeijer, M., de Wilde-Schutten, K. R. G., Lanssen, M., van Alphen, C., van Haasteren, N., Groen, K., Schimbeck, F., Vellinga, A., Kikkert, M. J., Dekker, J., de Haan, L., & de Koning, M. B. (2024). Perspective Matters in Recovery: The Views of Persons with Severe Mental Illness, Family and Mental Health Professionals on Collaboration During Recovery, A Qualitative Study. *BMC Psychiatry*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-024-06198-w>
- Cahyaningsih, E. A., Misma, C. O. W., & Putra, A. P. E. (2024). Penerapan Terapi Rehabilitasi Kemandirian Activity of Daily Living (ADL) pada Pasien Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Lampung. *Mahesa: Malahayati Health Student Journal*, 4(3), 167–186. <https://doi.org/https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i3.13150>

- D'Anna, G., Zarbo, C., Cardamone, G., Zamparini, M., Calza, S., Rota, M., Correll, C. U., Rocchetti, M., Starace, F., de Girolamo, G., Barlati, S., Baroncelli, A., Besana, F., Boero, M. E., Clerici, M., Di Michele, V., Durbano, F., Foia, M. G., Impicci, S., ... Zizolfi, S. (2023). Interplay between Negative Symptoms, Time Spent Doing Nothing, and Negative Emotions In Patients with Schizophrenia Spectrum Disorders: Results From A 37-Site Study. *Schizophrenia*, 9(1). <https://doi.org/10.1038/s41537-023-00372-x>
- Dudley, R., White, S., Miskin, R., Oakes, L., Longden, E., Steel, C., Swann, S., Underwood, R., & Peters, E. (2024). Hallucinations Across Sensory Domains In People with Post-Traumatic Stress Disorder and Psychosis. *Psychiatry Research*, 342, 116229. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2024.116229>
- Firdaus, R. D., Hernawaty, T., & Sutini, T. (2024). Penerapan Asuhan Keperawatan Pasien dengan Gangguan Isi Pikir Waham. *Sentri: Jurnal Riset Ilmiah*, 3(6), 3065–3073. <https://doi.org/10.55681/sentri.v3i6.3018>
- Hofer, A., Biedermann, F., Kaufmann, A., Kemmler, G., Pfaffenberger, N. M., & Yalcin-Siedentopf, N. (2023). Self-Esteem in Stabilized Individuals with Chronic Schizophrenia: Association with Residual Symptoms and Cognitive Functioning. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 273(8), 1737–1746. <https://doi.org/10.1007/s00406-022-01538-x>
- Inyang, B., Gondal, F. J., Abah, G. A., Minnal Dhandapani, M., Manne, M., Khanna, M., Challa, S., Kabeil, A. S., & Mohammed, L. (2022). The Role of Childhood Trauma in Psychosis and Schizophrenia: A Systematic Review. *Cureus*, 14(1), 1–12. <https://doi.org/10.7759/cureus.21466>
- Kadir, N. U., Wijaya, F., & Sanusi, M. (2023). Jenis Gangguan Psikotik Berdasarkan PPDGJ III. *Journal of Social Science Research*, 3(4), 9140–9150. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/4691>
- Kealeboga, K. M., Manyedi, M. E., & Moloko-Phiri, S. (2023). Nurses' Perceptions on How Recovery-Oriented Mental Health Care Can Be Developed and Implemented. *Nursing Research and Practice*, 2023(1), 4504420. <https://doi.org/10.1155/2023/4504420>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Riset Kesehatan Dasar (Riskedas). Laporan Nasional Riskesdas.2018.Kementerian Kesehatan RI. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. *Laporan Nasional Riskesdas 2018*, 44(8), 181–222. [http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK No. 57 Tahun 2013 tentang PTRM.pdf](http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK%20No.%2057%20Tahun%202013%20tentang%20PTRM.pdf)
- Leendertse, P., Hirzalla, F., van den Berg, D., Castelein, S., & Mulder, C. L. (2023). Facilitating And Hindering Factors Of Personal Recovery In The Context Of Soteria-A Qualitative Study Among People With (Early Episode) Psychosis. *Frontiers in Psychiatry*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.1051446>
- Martínez-Angulo, P., Rich-Ruiz, M., Jiménez-Mérida, M. R., & López-Quero, S. (2024). Active Listening, Shared Decision-Making And Participation In Care Among Older Women and Primary Care Nurses: A Critical Discourse Analysis Approach from A Gender Perspective. *BMC Nursing*, 23(1), 1–21. <https://doi.org/10.1186/s12912-024-02086-6>
- Mousavizadeh, S. N., & Bidgoli, M. A. J. (2023). Recovery-Oriented Practices in Community-based Mental Health Services: A Systematic Review. *Iranian Journal of Psychiatry*, 18(3), 332–351. <https://doi.org/10.18502/ijps.v18i3.13013>

- Murphy, F., Nasa, A., Cullinane, D., Raajakesary, K., Gazzaz, A., Sooknarine, V., Haines, M., Roman, E., Kelly, L., O'Neill, A., Cannon, M., & Roddy, D. W. (2022). Childhood Trauma, the HPA Axis and Psychiatric Illnesses: A Targeted Literature Synthesis. *Frontiers in Psychiatry*, 13(May), 1–15. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.748372>
- Niman, S., & Surbakti, L. N. (2022). Terapi Afirmasi Positif pada Klien dengan Harga Diri Rendah: Studi Kasus. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 5(4), 484–492. <https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj/article/view/1779>
- Nishad, A., Mysore Nagaraj, A. K., R Rao, C., P, K., & Rajpaul, P. (2024). Leisure-Based Interventions in Adults with Schizophrenia: A Scoping Review. *F1000Research*, 13(May), 698. <https://doi.org/10.12688/f1000research.151869.2>
- O'Brien, K. J., Huque, Z. M., Pike, M. R., Smith, E. C., Davies, N. L., & Ellman, L. M. (2025). Synergistic Pathways to Psychosis: Understanding Developmental Risk and Resilience Factors. *Neuropsychopharmacology*, March, 1–20. <https://doi.org/10.1038/s41386-025-02261-6>
- Oktoviani, D., Fadila, E., Fia, E. N., Ameliya, K., & Jalaludin, R. N. (2024). Optimalisasi Asuhan Keperawatan untuk Meningkatkan Konsep Diri pada Pasien Skizofrenia dengan Harga Diri Rendah Kronis. *MEJORA Medical Journal Awatara*, 2(4), 43–49. <https://doi.org/10.61434/mejora.v2i4.249>
- Paul, D., Kavitha, R. R., Mukherjee, M. P., & Harichandrakumar, K. T. (2025). Effect of Activity Therapy on Self-Esteem among Patients with Schizophrenia: A Randomized Controlled Trial. *Journal of Caring Sciences*, 14(2), 80–85. <https://doi.org/10.34172/jcs.025.33341>
- Rahmah, M., & Arbi, D. K. A. (2025). Peningkatan Kemandirian dengan Terapi Activity Daily Living pada Penderita Skizofrenia Residual dengan Indikasi Intellectual Disability. *Procedia: Studi Kasus dan Intervensi Psikologi*, 13(2), 143–149. <https://doi.org/10.22219/procedia.v13i2.39172>
- Rahmawati, R., Larisu, Z., & Iba, L. (2024). Dampak Psikologis Kekerasan Verbal pada Perempuan Bercerai di Kendari. *Newcomb: Jurnal Ilmu Komunikasi dan Media*, 1(2), 238–248. <https://newcomb.uho.ac.id/index.php/journal/article/view/127>
- Sahira, A., Aisyah, A., & Suralaga, C. (2024). Analisa Faktor Harga Diri Rendah pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Nasional. *Manuju: Malahayati Nursing journal*, 6(12), 1–23. <https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/manuju/article/view/14461>
- Sayed, S. M., Ahmed, G. K., Abdullah, S. O., & Khalifa, S. M. (2024). Effect of Group Psychotherapy on Self-Care Skills in Schizophrenia. *Egyptian Journal of Neurology, Psychiatry and Neurosurgery*, 60(1). <https://doi.org/10.1186/s41983-024-00906-9>
- Ulfah, R., Lestari, D. R., & Rizany, I. R. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Harga Diri Pasien Skizofrenia di RSJ Sambang Lihum. *Nerspedia*, 3(1), 9–15. <https://nerspedia.ulm.ac.id/index.php/nerspedia/article/view/206>
- Van Den Berg, D., Tolmeijer, E., Jongeneel, A., Staring, A. B. P., Palstra, E., Van Der Gaag, M., & Hardy, A. (2023). Voice Phenomenology as a Mirror of the Past. *Psychological Medicine*, 53(7), 2954–2962. <https://doi.org/10.1017/S0033291721004955>