



## **PENERAPAN TERAPI KREASI MENGGAMBAR BENTUK PADA PASIEN HARGA DIRI RENDAH**

**Irma Syafriani\*, Eka Malfasari, Yeni Devita, Afrida Sriyani**

Fakultas Keperawatan, Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru, Jl. Tamtama No.6, Labuh Baru Timur, Payung Sekaki, Pekanbaru, Riau 28292, Indonesia

\*Irmasyafriani6@gmail.com

### **ABSTRAK**

Harga diri rendah merupakan kondisi psikologis ketika individu memiliki pandangan negatif terhadap diri sendiri, merasa tidak berharga, gagal, dan tidak memiliki kemampuan. Kondisi ini sering ditemukan pada pasien dengan gangguan jiwa dan dapat menurunkan motivasi serta kemampuan sosial pasien. Salah satu terapi nonfarmakologis yang efektif untuk meningkatkan harga diri adalah terapi kreasi menggambar bentuk. Terapi ini memberikan kesempatan bagi pasien untuk mengekspresikan emosi, mengembangkan kreativitas, serta menumbuhkan rasa percaya diri melalui hasil karya yang dibuat. Penelitian ini bertujuan untuk menerapkan dan mengevaluasi efektivitas terapi kreasi menggambar bentuk terhadap peningkatan harga diri pada pasien dengan harga diri rendah di Ruang Siak Rumah Sakit Jiwa Tampan. Metode yang digunakan adalah quasi eksperimen dengan desain one group pre-test and post-test. Intervensi dilakukan selama tiga hari berturut-turut dengan durasi 40–60 menit per sesi. Pengukuran harga diri dilakukan menggunakan Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) sebelum dan sesudah terapi. Koesioner tersebut telah di uji validitas dan reliabilitasnya, dengan hasil nilai alfa 0,87. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan skor harga diri pada ketiga pasien setelah dilakukan terapi menggambar bentuk. Pasien mulai menunjukkan sikap positif terhadap diri sendiri, tampak lebih percaya diri, aktif berinteraksi dengan lingkungan, dan menunjukkan rasa bangga terhadap hasil gambar yang dibuat. Hasil ini membuktikan bahwa terapi kreasi menggambar bentuk efektif meningkatkan harga diri pada pasien dengan gangguan konsep diri.

Kata Kunci: harga diri rendah, pasien; terapi kreasi menggambar bentuk

## **APPLICATION OF CREATIVE DRAWING THERAPY TO IMPROVE SELF-ESTEEM IN PATIENTS WITH LOW SELF-ESTEEM IN THE SIAK WARD OF TAMPAN MENTAL HOSPITAL**

### **ABSTRACT**

*Low self-esteem is a psychological condition characterized by a negative self-concept, feelings of worthlessness, failure, and inability to appreciate one's own strengths. This condition frequently occurs in patients with mental disorders and can interfere with their motivation, emotional balance, and social interaction. One of the effective non-pharmacological interventions to increase self-esteem is creative drawing therapy. This therapy allows patients to express emotions, explore creativity, and develop a sense of achievement through visual art activities. This study aims to describe and evaluate the implementation of creative drawing therapy in improving self-esteem among patients with low self-esteem in the Siak Ward of Tampan Mental Hospital. The research used a quasi-experimental design with a one group pre-test and post-test approach. The intervention was carried out for three consecutive days, each lasting approximately 40–60 minutes. Self-esteem levels were measured using the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES) before and after the intervention. The questionnaire has been tested for validity and reliability, with an alpha value of 0.87. The results showed an increase in self-esteem scores among all three patients after participating in the creative drawing therapy. Patients demonstrated more positive self-perceptions, increased confidence, improved communication with others, and a greater sense of pride in their work. These findings indicate that creative drawing therapy effectively enhances self-esteem in patients with self-concept disturbances.*

Keywords: creative drawing therapy; low self-esteem; patients

## PENDAHULUAN

Gangguan jiwa adalah pola perilaku atau psikologis yang ditunjukkan oleh individu yang menyebabkan distress, disfungsi, dan menurunkan kualitas hidup. Jiwa yang terganggu bisa terlihat melalui fisik, namun banyak juga yang terlihat baik-baik saja secara fisik, karena hubungan antara kesehatan fisik dan kesehatan mental sangat berkaitan. Perasaan negatif terhadap diri sendiri, hilangnya percaya diri dan harga diri, merasa gagal mencapai keinginan juga merupakan harga diri rendah. Harga diri adalah penilaian pribadi terhadap hasil yang dicapai dengan menganalisa seberapa jauh perilaku memenuhi ideal diri (Mustofa et al., 2022).

Seseorang dengan harga diri rendah juga akan menunjukkan gejala seperti ekspresi bersalah, ekspresi malu, bergantung dengan pendapat orang lain, kontak mata kurang, pasif, sering kali mencari penegasan, enggan mencoba hal baru dan mengalami kegagalan hidup berulang. Salah satu cara untuk menangani seseorang dengan harga diri rendah perlu menyentuh sumber coping seseorang yaitu bidang kelebihan orang tersebut baik seni, kecerdasan, pekerjaan, imajinasi, dan pendidikan. Hal ini bertujuan untuk membuat pertahanan baik jangka pendek maupun jangka panjang menggunakan mekanisme coping dan perlahan membangkitkan kepercayaan diri seseorang dengan mengembangkan kemampuan positif yang seseorang miliki selama ini sebagai kelebihan yang mampu menutupi beberapa hal yang membuat seseorang merasa percaya diri dan mengalami harga diri rendah (Fitri et al., 2021).

Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kegiatan pada klien yang mengalami harga diri rendah adalah terapi kreasi menggambar yang merupakan salah satu terapi lingkungan. Terapi kreasi menggambar berkaitan erat dengan stimulasi psikologi seseorang yang frekuensi kunjungan tatap muka serta berdampak pada kesembuhan baik pada kondisi fisik maupun psikologis seseorang. World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa 1 dari 8 orang atau 970 juta orang diseluruh dunia hidup dengan gangguan jiwa (Yonas, 2025).

Menurut World Health Organization (WHO), terdapat 264 juta jiwa yang terkena depresi, 45 juta orang mengalami gangguan bipolar, 50 juta orang terkena demensia, dan 20 juta orang jiwa terkena skizofrenia. Data Riskesdas di Indonesia menunjukkan sebanyak 84% pengidap skizofrenia telat berobat. Berdasarkan data terdapat 33 rumah sakit jiwa yang terdapat diseluruh Indonesia mengatakan sampai sekarang prevalensi penderita gangguan jiwa berat mencapai 2,5 juta orang (Rinancy et al., 2022).

Data-data ini menggambarkan tingginya kebutuhan intervensi efektif untuk pasien harga diri rendah, khususnya di Rumah Sakit Jiwa Tampan. Oleh karena itu, penelitian mengenai terapi menggambar bentuk sebagai alternatif terapi nonfarmakologi sangat relevan untuk memberikan pilihan pengobatan yang dapat menurunkan tanda dan gejala pasien dengan harga diri rendah secara signifikan dan meningkatkan kualitas hidup pasien. Tujuan penelitian ini untuk Mengetahui Terapi Kreasi Menggambar Bentuk Pada Pasien HDR Di Ruang Siak Rumah Sakit Jiwa Tampan.

## METODE

Pelaksanaan Evidence-Based Nursing Practice (EBN) yang dilakukan adalah aktivitas menggambar bentuk terhadap pasien dengan harga diri rendah. Pengukuran Harga Diri Rendah pada klien dengan menggunakan instrument Rosenberg Self Esteem Scale (RSES), Koesioner tersebut telah di uji validitas dan reliabilitasnya, dengan hasil nilai alfa 0,87. Penelitian ini menggunakan one group pre and post-test design dengan data tingkat harga diri sebelum dan sesudah aktivitas terapi menggambar bentuk. Analisis data yang digunakan pada sampel pada penelitian pre and post test. Waktu pelaksanaan dilakukan selama 3 hari berturut-turut yaitu dari tanggal 18-20 Juni 2025. Teknik ini diterapkan 1 kali sehari selama 40-60 menit. Subjek pemberian intervensi EBN yaitu pasien dengan Harga Diri Rendah. Adapun subjek pelaksanaan dalam intervensi ini adalah pasien

dengan Harga Diri Rendah di ruangan Siak RSJ Tampan. Instrument Rosenberg Self Esteem Scale (RSES) (Maroqi 2019) ini memiliki empat kategori jawaban yaitu “Sangat Setuju” (SS), “Setuju” (S), “Tidak Setuju”(TS), dan “Sangat Tidak Setuju” (STS). Untuk penskorannya peneliti memberikan penilaian tertinggi pada pernyataan “Sangat Setuju” (SS) dan terendah pada pilihan “Sangat Tidak Setuju” (STS) Skor-skor tersebut kemudian dihitung, dengan proporsi item dengan ketentuan sebagai berikut:

SS = 4, S = 3, TS = 2, STS = 1

## **HASIL**

Pasien 1 (Ny.P) mengalami peningkatan setelah diberikan terapi menggambar bentuk selama tiga hari. Pada hari pertama, skor pre-test adalah 26, dan meningkat menjadi 27 pada post-test. Pada hari kedua, skor pre-test tetap 26, namun skor post-test meningkat menjadi 29. Pada hari ketiga, skor pre-test meningkat menjadi 30, dan skor post-test tetap berada pada angka 30. Jika dilihat dari nilai rata-rata setiap indikator, sebagian besar aspek self esteem menunjukkan peningkatan.

Pasien 2 (Ny.A) mengalami peningkatan setelah diberikan terapi menggambar bentuk selama tiga hari. Pada hari pertama, skor pre-test adalah 26, dan meningkat menjadi 28 pada post-test. Pada hari kedua, skor pre-test tetap 26, namun skor post-test kembali meningkat menjadi 29. Pada hari ketiga, skor pre-test meningkat menjadi 29, dan skor post-test tetap berada pada angka 29.

Pasien 3 (Ny.S) mengalami peningkatan selama tiga hari pelaksanaan terapi menggambar bentuk. Pada hari pertama, skor pre-test adalah 28, dan meningkat menjadi 29 pada post-test. Pada hari kedua, skor pre-test sebesar 26, kemudian hasil post-test meningkat menjadi 29. Pada hari ketiga, skor pre-test sebesar 28, dan kembali mengalami peningkatan pada post-test menjadi 30. Jika ditinjau dari nilai rata-rata setiap indikator, sebagian besar komponen self esteem menunjukkan peningkatan setelah dilakukan terapi.

## **PEMBAHASAN**

Penerapan terapi menggambar bentuk sebagai terapi pendamping dari terapi farmakologis yang didapat oleh pasien untuk meningkatkan self esteem. Pengukuran dilakukan sebelum Tindakan dan sesudah dilakukannya penerapan terapi menggambar bentuk dan diukur menggunakan kuesioner Rosenberg Self Esteem (RSES). Implementasi dilakukan selama 3 hari pada tanggal 18-20 Juni 2025 dimana setiap hari dilakukan sebanyak 1 kali sehari yaitu 40-60 menit.

Hasil penerapan pada pasien pertama, didapatkan hasil bahwa pre-test pertama menunjukkan skor self esteem pada pasien 1 (Ny.P) yaitu sebesar 26, setelah dilakukan terapi menggambar bentuk didapatkan hasil post-test sebesar 27. Pada hari kedua terapi menggambar bentuk di dapatkan skor pre-test yaitu sebesar 26, sedangkan pada post-test didapatkan skor sebesar 29. Pada hari ketiga penerapan terapi menggambar bentuk didapatkan skor pre-test sebesar 30, sedangkan pada post-test didapatkan skor sebesar 30.

Hasil penerapan pada pasien kedua, di dapatkan bahwa hasil pre-test hari pertama menunjukkan skor self esteem pada pasien 2 (Ny.A) yaitu sebesar 26, setelah dilakukan terapi menggambar bentuk didapatkan hasil post-test sebesar 28. Pada hari kedua didapatkan hasil pre-test sebesar 26, sedangkan pada post-test didapatkan skor sebesar 29. Pada hari ketiga penerapan terapi menggambar bentuk didapatkan skor pre-test sebesar 29, sedangkan pada post-test sebesar 29. menunjukkan skor self esteem pada pasien 3 (Ny.S) yaitu sebesar 28, setelah dilakukan terapi menggambar bentuk didapatkan hasil post-test yaitu sebesar 29. Pada hari kedua terapi menggambar bentuk didapatkan skor pre-test yaitu sebesar 26, sedangkan hasil post-test didapatkan sebesar 29. Pada hari ketiga penerapan terapi menggambar bentuk skor pre-test sebesar 28, sedangkan post-test didapatkan skor 30.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mulyawan, M. (2018) Menyatakan bahwa pasien harga diri rendah akan dapat mengekspresikan perasaan melalui terapi lingkungan seni menggambar dengan ekspresi verbal. Dengan terapi kreasi seni menggambar dapat dikaji tingkat perkembangan, status emosional pasien dengan harga diri rendah. Setelah mengikuti terapi, pasien menunjukkan perilaku positif seperti mengajukan permintaan, mengekspresikan kreatifitas, dan menyampaikan pendapat. Proses menggambar tidak hanya menjadi aktivitas seni yang menyenangkan dan mengisi waktu luang, tetapi juga berkontribusi dalam membangun kepercayaan diri pada pasien dengan harga diri rendah.

Dukungan teori yang disampaikan oleh (Sarwili et al., 2021) Bahwa keberhasilan atau pencapaian tertentu memiliki pengaruh besar terhadap peningkatan self esteem, karena mampu memberikan motivasi bagi pasien untuk menjadi pribadi yang lebih baik. Kegiatan menggambar dapat berkontribusi pada peningkatan self esteem dengan menumbuhkan rasa bangga dan komitmen terhadap hasil karya yang dihasilkan.

## **SIMPULAN**

Pada saat dilakukan pengkajian pasien penulis mengkaji identitas klien meliputi (nama, tempat dan tanggal lahir, jenis kelamin, agama, Pendidikan, pekerjaan, alamat, no RM, dan diagnose medis), Riwayat penyakit sekarang (keluhan utama dan Riwayat Kesehatan saat ini), Riwayat penyakit dahulu (penyakit yang pernah dialami, alergi, Imunisasi, kebiasaan (merokok, kopi, alkohol), obat-obatan yang digunakan), pemeriksaan fisik (inspeksi, palpasi, auskultasi, perkusi), riwayat psikososial, kebutuhan dasar (pola nutrisi, pola eliminasi, pola istirahat dan tidur, pola aktivitas dan personal hygiene). Berdasarkan Analisa data dan hasil observasi didapatkan diagnose pada ketiga pasien yaitu Harga Diri Rendah. Intervensi keperawatan yang dilakukan pada penerapan ini mengacu pada strategi pelaksanaan pasien dengan Harga Diri Rendah. Selain itu intervensi juga berfokus pada penerapan hasil evidence based nursing practice dengan penerapan terapi kerajinan tangan untuk meningkatkan self esteem. Implementasi keperawatan yang diberikan pada pasien dalam penerapan ini meliputi pemberian terapi nonfarmakologis dengan penerapan terapi menggambar untuk meningkatkan self esteem. Evaluasi yang dinilai setelah penerapan dengan indikator keberhasilan yaitu peningkatan self esteem pada pasien dengan HDR.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Fitri, Lutfiatil, N., Utami, T., & Indhit. (2021). Pengaruh Penerapan Kreasi Seni Menggambar Terhadap Tanda Dan Gejala Harga Diri Rendah Klien Di Ruang Kutilang Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Lampung. *Jurnal Cendikia Muda*, 1(3), 338–344.
- Mulyawan, M. (2018). Terapi Seni Menggambar. *Terapi Kreasi Seni Menggambar*, 287–307.
- Mustofa, M. B., Fitri, N. L., Hasanah, U., Dharma, A. K., & Metro, W. (2022). Penerapan Terapi Menggambar pada Pasien Harga Diri Rendah Implementation of Drawing Therapy on Patients of Low Self-Esteem. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(2).
- Pujiastuti, N. A. W. S. A. R. W. S. R. S. E. (2023). Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Dengan Gangguan Konsep Diri: Harga Diri Rendah Di Rsj Prof. Dr. Soerojo Magelang. 2(1), 32–39. [http://repository.poltekkes-smg.ac.id/index.php?p=show\\_detail&id=39732&keywords=](http://repository.poltekkes-smg.ac.id/index.php?p=show_detail&id=39732&keywords=)
- Rinancy, H., Studi, P., Ners, P., Pahlawan, U., & Tambusai, T. (2022). Asuhan keperawatan pada tn. j dengan harga diri rendah menggunakan terapi generalis diruang kuantan rsj tampan provinsi riau. 1(1), 131–139.
- Sarwili, I., Rizal, A., & Malinda, M. (2021). Studi Kasus : Asuhan Keperawatan Jiwa dengan Terapi Kreasi Seni Menggambar terhadap Pasien Harga Diri Rendah ( HDR ). 01(01), 1–4.

- Ulvita Sari, Uswatun Hasanah, N. L. F. (2024). Penerapan Aktivitas Menggambar Dan Merias Diri Terhadap Tanda Dan Gejala Pasien Harga Diri Rendah. *Cendikia Muda*, 4(September), 464–470.
- Yonas, D. (2025). Junianda , Implementasi Terapi Menggambar PENDAHULUAN Salah satu bentuk gangguan kejiwaan yang memiliki tingkat keparahan yang tinggi adalah skizofrenia . Kesehatan jiwa adalah sikap yang positif terhadap diri sendiri , tumbuh , berkembang , memiliki aktu. 5, 170–178.
- Fitri, Lutfiatil, N., Utami, T., & Indhit. (2021). Pengaruh Penerapan Kreasi Seni Menggambar Terhadap Tanda Dan Gejala Harga Diri Rendah Klien Di Ruang Kutilang Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Lampung. *Jurnal Cendikia Muda*, 1(3), 338–344.
- Mulyawan, M. (2018). Terapi Seni Menggambar. *Terapi Kreasi Seni Menggambar*, 287–307.
- Mustofa, M. B., Fitri, N. L., Hasanah, U., Dharma, A. K., & Metro, W. (2022). Penerapan Terapi Menggambar Pada Pasien Harga Diri Rendah Implementation Of Drawing Therapy On Patients Of Low Self-Esteem. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(2).
- Pujiastuti, N. A. W. S. A. R. W. S. R. S. E. (2023). Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Pasien Dengan Gangguan Konsep Diri: Harga Diri Rendah Di Rsj Prof. Dr. Soerojo Magelang. 2(1), 32–39. [http://repository.poltekkes-smg.ac.id/index.php?p=show\\_detail&id=39732&keywords=](http://repository.poltekkes-smg.ac.id/index.php?p=show_detail&id=39732&keywords=)
- Rinancy, H., Studi, P., Ners, P., Pahlawan, U., & Tambusai, T. (2022). Asuhan keperawatan pada tn. j dengan harga diri rendah menggunakan terapi generalis diruang kuantan rsj tampan provinsi riau. 1(1), 131–139.
- Sarwili, I., Rizal, A., & Malinda, M. (2021). Studi Kasus : Asuhan Keperawatan Jiwa dengan Terapi Kreasi Seni Menggambar terhadap Pasien Harga Diri Rendah ( HDR ). 01(01), 1–4.
- Ulvita Sari, Uswatun Hasanah, N. L. F. (2024). Penerapan Aktivitas Menggambar Dan Merias Diri Terhadap Tanda Dan Gejala Pasien Harga Diri Rendah. *Cendikia Muda*, 4(September), 464–470.
- Yonas, D. (2025). Junianda , Implementasi Terapi Menggambar PENDAHULUAN Salah satu bentuk gangguan kejiwaan yang memiliki tingkat keparahan yang tinggi adalah skizofrenia . Kesehatan jiwa adalah sikap yang positif terhadap diri sendiri , tumbuh , berkembang , memiliki aktu. 5, 170–178.

