PaKMas (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)
https://journal.yp3a.org/index.php/PaKMas
ISSN Media Elektronik 2808-0920
Vol. 6 No. 2 (November 2026) 691-698
DOI: 10.54259/pakmas.v6i2.7696

Penerapan Visual Expression Therapy pada Pasien Gangguan Harga Diri Rendah Kronis

Verra Karame[1], Misye Maria Maradesa[2], Olvin Manengkey[3], Yosua Aldrin Kaligis[4]
[1,2,3,4]Profesi Ners, Fakultas Keperawatan, Universitas Pembangunan Indonesia Manado, Manado, Indonesia
Email: [1]karameverra06@gmail.com, [2]maradesamisyemaria@gmail.com, [3]olvinmanengkey@gmail.com, [4]yosuakaligis21@gmail.com

Abstract

Patients with chronic low self-esteem often exhibit feelings of worthlessness, withdraw from social interactions, and have negative self-evaluations. Non-pharmacological interventions such as Visual Expression Therapy (VET) can be used to help patients express emotions, increase self-awareness, and improve positive self-perceptions. This study aims to evaluate the application of Visual Expression Therapy in improving the self-esteem of patients with psychiatric disorders in the psychiatric ward. This research method is a descriptive study using a case study approach in Mrs. J.R., a 60-year-old woman with chronic low self-esteem. The intervention was carried out over three consecutive days using Visual Expression Therapy. Data were collected through behavioral observations, interviews, and S.O.A.P (Subjective, Objective, Assessment, Plan) evaluations before and after the intervention. Results showed an increase in patient self-esteem after VET implementation. Patients were better able to express their feelings openly, increase eye contact, speak more confidently, and actively participate in therapy activities. Evaluation of behavioral indicators before and after the intervention showed a 25% decrease in negative symptoms, from 87.5% to 62.5%. Conclusion Visual Expression Therapy has been proven effective as a non-pharmacological intervention to improve self-esteem in patients with psychiatric disorders. This therapy helps patients channel emotions, increase self-awareness, and improve positive self-perceptions.

Keywords: *Chronic Low Self-Esteem, Visual Expression Therapy, Mental Health Nursing Care.*

Abstrak

Pasien dengan harga diri rendah kronis sering menunjukkan perasaan tidak berharga, menarik diri dari interaksi sosial, dan memiliki penilaian negatif terhadap diri sendiri. Intervensi nonfarmakologis seperti *Visual Expression Therapy (VET)* dapat digunakan untuk membantu pasien mengekspresikan emosi, meningkatkan kesadaran diri, serta memperbaiki persepsi positif terhadap diri sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi penerapan *Visual Expression Therapy* dalam meningkatkan harga diri pasien dengan gangguan psikiatri di ruang perawatan jiwa. Metode penelitian ini merupakan studi deskriptif dengan pendekatan studi kasus pada pasien Ny. J.R., perempuan berusia 60 tahun, dengan harga diri rendah kronis. Intervensi dilakukan selama tiga hari berturut-turut menggunakan *Visual Expression Therapy*. Data dikumpulkan melalui observasi perilaku, wawancara, dan evaluasi S.O.A.P (Subjective, Objective, Assessment, Plan) sebelum dan sesudah intervensi. Hasil menunjukkan adanya peningkatan harga diri pasien setelah penerapan VET. Pasien lebih mampu mengekspresikan perasaan secara terbuka, meningkatkan kontak mata, berbicara lebih percaya diri, dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan terapi. Evaluasi indikator perilaku sebelum dan sesudah intervensi menunjukkan penurunan gejala negatif sebesar 25% dari 87,5% menjadi 62,5%. Kesimpulan *Visual Expression Therapy* terbukti efektif sebagai intervensi nonfarmakologis untuk meningkatkan harga diri pada pasien dengan gangguan psikiatri. Terapi ini membantu pasien menyalurkan emosi, meningkatkan kesadaran diri, serta memperbaiki persepsi positif terhadap diri sendiri.

Kata Kunci: Harga Diri Rendah Kronis, *Visual Expression Therapy*, Asuhan Keperawatan Jiwa.

Diterima Redaksi: 09-05-2026 | Selesai Revisi: 11-06-2026 | Diterbitkan Online: 15-11-2026

A. PENDAHULUAN

Gangguan jiwa merupakan suatu sindrom kejiwaan yang dapat mengakibatkan timbulnya masalah pada satu atau lebih fungsi kehidupan. Gangguan jiwa ditandai dengan munculnya penyimpangan perilaku, pembicaraan yang aneh, adanya gangguan dalam pemikiran dan perasaan yang mencerminkan masalah pada kejiwaan sehingga menyebabkan penderitanya mengalami keterbatasan dalam kegiatan sosial, pekerjaan dan keluarga (American Psychiatric Association, 2021). Gangguan jiwa juga merupakan pola perilaku atau psikologis yang ditunjukkan oleh individu yang menimbulkan distres, disfungsi, dan menurunnya kualitas kehidupan. Gangguan jiwa berat ditandai dengan terganggunya kemampuan dalam menilai realitas atau daya tilik diri (insight) yang buruk (Stuart, 2022).

Berdasarkan data WHO (2022), terdapat sekitar 970 juta penduduk dunia yang hidup dengan gangguan jiwa. Gangguan ini banyak terjadi pada usia produktif dengan berbagai tingkat keparahan. Di Indonesia, berdasarkan Riskesdas (2018), prevalensi gangguan jiwa masih cukup tinggi di beberapa provinsi, termasuk Sulawesi Utara dengan angka sekitar 10,90% untuk kasus skizofrenia/psikosis. Data ini menunjukkan bahwa gangguan jiwa masih menjadi masalah kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian dalam pelayanan keperawatan jiwa.

Individu dengan gangguan jiwa yang mengalami kegagalan berulang dalam beradaptasi dengan lingkungan dan pekerjaan sering mendapatkan respon negatif dari lingkungan sekitar. Kondisi ini dapat menimbulkan perasaan takut, malu, merasa kurang, rendah diri, serta takut dikritik oleh orang lain. Klien yang tidak memiliki pekerjaan dan tingkat pendidikan rendah juga rentan mengalami penurunan konsep diri dan harga diri rendah (Dermawan, 2024).

Harga diri rendah merupakan suatu keadaan dimana individu mengalami perasaan dan pemikiran negatif terhadap nilai diri, kompetensi, kepercayaan diri, serta kemampuan menghadapi tantangan hidup. Kondisi ini dapat ditandai dengan penilaian diri yang negatif, merasa tidak mampu, meremehkan kemampuan diri, tidak mampu mempertahankan kontak mata, bicara pelan, lesu, dan kurang bersemangat (PPNI, 2017). Kondisi ini apabila berlangsung kronis dapat mengganggu fungsi sosial dan aktivitas sehari-hari pasien.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa harga diri rendah kronis merupakan masalah psikososial yang sering ditemukan pada pasien gangguan jiwa. Nurhayati dan Keliat (2022) menyebutkan bahwa pasien dengan harga diri rendah kronis cenderung memiliki kesulitan mengenali kemampuan positif dirinya. Sari dan Putra (2023) juga menyatakan bahwa intervensi yang berfokus pada peningkatan konsep diri dapat membantu pasien secara bertahap meningkatkan rasa percaya diri. Selain itu, Wulandari dkk. (2024) menjelaskan bahwa terapi ekspresif dengan media visual dapat membantu pasien mengekspresikan emosi, meningkatkan kesadaran diri, dan memperbaiki konsep diri pada pasien harga diri rendah kronis.

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan pada tanggal 20 Januari 2026 klien dengan diagnosa keperawatan utama Harga Diri Rendah adalah Ny. J.R dimana saat dilakukan pengkajian Ny. J.R secara objektif klien tampak kontak mata kurang, postur tubuh menunduk, nada bicara lambat dan pelan, sulit berkonsentrasi dan bersifat defensif terhadap penolakan akan kemampuan dirinya. Sedangkan secara subjektif klien mengatakan malu dengan penyakitnya, klien mengatakan bahwa dirinya lemah dan tidak bertenaga sehingga tidak mampu untuk bekerja, klien mengatakan tidak mampu melakukan perkerjaan apapun, klien mengatakan tidak memiliki kelebihan dan merasa dirinya tidak berguna. Berdasarkan hasil pengkajian dan observasi di Ruang Maengket UPTD Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. V. L. Ratumbuysang, ditemukan bahwa sebagian pasien dengan diagnosa harga diri rendah kronis menunjukkan tanda dan gejala seperti kurang kontak mata, postur tubuh menunduk, bicara pelan, kurang ekspresif, serta cenderung menarik diri dari interaksi sosial. Pasien juga tampak pasif dalam mengikuti kegiatan rehabilitasi psikososial di ruangan.

Selain itu, dalam pelaksanaan asuhan keperawatan di ruang rawat, perawat lebih banyak berfokus pada pemenuhan kebutuhan dasar dan terapi generalis, sehingga intervensi yang bersifat ekspresif dan berorientasi pada peningkatan konsep diri masih belum optimal dilaksanakan secara berkelanjutan. Kondisi ini menjadi tantangan tersendiri dalam memberikan intervensi psikososial yang lebih kreatif dan sesuai dengan kebutuhan pasien.

Keterbatasan waktu perawat dalam memberikan pendampingan individual serta kondisi pasien yang cenderung kronis juga menyebabkan perlunya intervensi tambahan yang sederhana, mudah dilakukan, dan dapat membantu pasien mengekspresikan diri secara nonverbal. Oleh karena itu, diperlukan suatu pendekatan terapi yang dapat membantu pasien dalam menyalurkan emosi, meningkatkan interaksi, serta memperbaiki konsep diri secara bertahap.

Berdasarkan kondisi tersebut, Visual Expression Therapy dipilih sebagai salah satu alternatif intervensi keperawatan jiwa. Terapi ini menggunakan media visual sebagai sarana untuk membantu pasien mengekspresikan perasaan dan

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

pikiran yang sulit diungkapkan secara verbal. Pendekatan ini diharapkan dapat membantu pasien mengenali diri, menyalurkan emosi, serta meningkatkan konsep diri secara bertahap.

Dengan demikian, penerapan Visual Expression Therapy di Ruang Maengket diharapkan dapat menjadi intervensi keperawatan jiwa yang aplikatif, sederhana, dan sesuai dengan kebutuhan pasien harga diri rendah kronis, serta dapat mendukung proses rehabilitasi psikososial secara lebih optimal.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk membuat suatu karya ilmiah akhir ners dengan judul "Asuhan Keperawatan Jiwa Dengan Penerapan *Visual Expression Therapy* Pada Ny. J.R Yang Mengalami Gangguan Harga Diri Rendah Kronis Di Ruang Maengket UPTD Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. V. L. Ratumbuysang"

B. PELAKSAAAN DAN METODE

Kegiatan ini merupakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk penerapan asuhan keperawatan jiwa pada pasien dengan gangguan konsep diri, khususnya harga diri rendah kronis, melalui penerapan Visual Expression Therapy di Ruang Maengket UPTD Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. V. L. Ratumbuysang Manado.

Kegiatan ini difokuskan pada pemberian intervensi keperawatan berupa terapi modalitas Visual Expression Therapy yang dilakukan secara terstruktur kepada pasien sebagai upaya untuk membantu pasien mengekspresikan emosi, meningkatkan kesadaran diri, serta memperbaiki konsep diri secara bertahap. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui proses pendampingan, demonstrasi, dan latihan langsung kepada pasien sesuai dengan kondisi dan kemampuan individu.

Pendekatan yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pendekatan praktik keperawatan berbasis pemberdayaan pasien, dengan menekankan pada proses interaksi terapeutik antara perawat dan pasien, serta penggunaan media visual sebagai sarana ekspresi diri pada pasien dengan harga diri rendah kronis.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Ruang Maengket UPTD Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. V. L. Ratumbuysang Manado pada bulan Januari 2026. Peserta kegiatan adalah beberapa pasien dengan masalah harga diri rendah kronis yang dirawat di ruang tersebut, serta perawat ruangan sebagai mitra pelaksana kegiatan.

Pengumpulan data dalam kegiatan ini dilakukan melalui observasi, wawancara singkat, dan dokumentasi kegiatan selama pelaksanaan Visual Expression Therapy. Wawancara digunakan untuk memperoleh gambaran umum kondisi pasien, kemampuan komunikasi, serta respon emosional sebelum dan sesudah kegiatan. Observasi dilakukan untuk menilai partisipasi pasien selama kegiatan berlangsung, termasuk kemampuan mengekspresikan diri melalui media visual, keterlibatan dalam diskusi, serta interaksi sosial antar peserta.

Dokumentasi dilakukan selama kegiatan berlangsung untuk mencatat proses pelaksanaan Visual Expression Therapy secara sistematis, termasuk respons pasien dan keterlibatan perawat sebagai mitra dalam kegiatan. Seluruh data yang diperoleh digunakan untuk melihat proses perubahan partisipasi, ekspresi emosi, dan interaksi sosial pasien selama mengikuti kegiatan.

Analisis data dilakukan secara deskriptif untuk menggambarkan pelaksanaan dan hasil kegiatan Visual Expression Therapy. Hasil analisis difokuskan pada perubahan partisipasi pasien, kemampuan ekspresi diri, serta peningkatan interaksi sosial selama kegiatan berlangsung. Selain itu, dilakukan juga analisis terhadap keterlibatan perawat sebagai mitra dalam penerapan terapi, terutama dalam aspek pemahaman dan kemampuan menerapkan Visual Expression Therapy secara mandiri di ruang perawatan.

Tahap Persiapan

Tahap persiapan dilakukan melalui koordinasi dengan pihak Ruang Maengket UPTD Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. V. L. Ratumbuysang Manado untuk memperoleh izin pelaksanaan kegiatan, menentukan jadwal kegiatan, serta mengidentifikasi kelompok pasien dengan masalah harga diri rendah kronis sebagai sasaran kegiatan.

Pada tahap ini juga dilakukan analisis kebutuhan mitra bersama perawat ruangan untuk mengetahui permasalahan utama yang dihadapi dalam pelaksanaan intervensi psikososial, khususnya pada pasien dengan gangguan konsep diri. Hasil analisis menunjukkan bahwa pasien cenderung mengalami kesulitan dalam mengekspresikan emosi secara verbal serta keterbatasan intervensi ekspresif yang digunakan dalam asuhan keperawatan sehari-hari.

Selanjutnya disusun modul sederhana Visual Expression Therapy (VET) sebagai panduan pelaksanaan kegiatan, serta dipersiapkan media terapi berupa kertas gambar, pensil warna, dan lembar observasi partisipasi pasien. Perawat ruangan juga diberikan penjelasan terkait tujuan dan prosedur kegiatan agar dapat berperan sebagai mitra aktif dalam pelaksanaan terapi.

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan dilakukan di Ruang Maengket dengan melibatkan beberapa pasien yang mengalami harga diri rendah kronis serta perawat ruangan sebagai mitra pelaksana kegiatan.

Kegiatan diawali dengan pemberian edukasi kepada pasien dan perawat mengenai tujuan Visual Expression Therapy, yaitu sebagai media untuk membantu pasien mengekspresikan perasaan, meningkatkan kesadaran diri, serta memperbaiki konsep diri melalui media visual.

Selanjutnya dilakukan demonstrasi penggunaan media VET, kemudian pasien diminta untuk mengekspresikan perasaan, pengalaman, atau kondisi dirinya melalui gambar secara bebas. Kegiatan dilakukan secara kelompok dengan suasana yang suportif dan tidak menghakimi, sehingga pasien merasa aman dalam mengekspresikan diri.

Perawat ruangan dilibatkan secara aktif dalam proses pendampingan pasien, memberikan motivasi, serta membantu pasien yang mengalami kesulitan dalam mengekspresikan diri. Setelah proses menggambar, dilakukan diskusi kelompok sederhana untuk membantu pasien mengungkapkan makna dari hasil gambar dan melatih kemampuan komunikasi serta interaksi sosial.

Kegiatan dilakukan secara berulang sesuai jadwal yang telah disepakati untuk meningkatkan keterlibatan pasien dan memperkuat proses ekspresi diri secara bertahap.

Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan untuk menilai keberhasilan pelaksanaan Visual Expression Therapy pada kelompok pasien harga diri rendah kronis di Ruang Maengket. Evaluasi dilakukan melalui observasi partisipasi pasien selama kegiatan, meliputi keberanian dalam mengekspresikan diri, keterlibatan dalam aktivitas kelompok, serta kemampuan menggunakan media visual. Selain itu, dilakukan penilaian terhadap interaksi sosial antar pasien selama kegiatan berlangsung.

Evaluasi juga dilakukan terhadap perawat ruangan melalui diskusi singkat terkait pemahaman dan kemudahan penerapan VET dalam asuhan keperawatan, serta kemungkinan penerapan berkelanjutan di ruang perawatan.

Keberhasilan kegiatan diukur dari meningkatnya partisipasi pasien, meningkatnya kemampuan ekspresi emosi, serta meningkatnya keterlibatan perawat sebagai mitra dalam pelaksanaan terapi psikososial.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil dan penerapan *evidence-based practice Visual Expression Therapy (VET)*

No	Tanda dan Gejala	Sebelum	Sesudah
1.	Perasaan malu	✓	✓
2.	Perasaan bersalah	✓	✓
3.	Meremehkan masalah yang diatasi	-	-
4.	Tidak fokus/mudah beralih	✓	✓
5.	Respon tidak sesuai	✓	✓
6.	Kontak mata kurang	✓	-
7	Berbicara pelan	✓	-
8	Menarik diri	✓	✓
	Jumlah	7	5
	Jumlah skor (%)	**87,5%**	**62,5%**

Perhitungan: Persen (%) = (Bagian/Keselurhan) x 100

Berdasarkan Tabel 1, Berdasarkan pelaksanaan kegiatan Visual Expression Therapy (VET) di Ruang Maengket UPTD Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. V. L. Ratumbuysang Manado, diperoleh hasil bahwa peserta menunjukkan perubahan kondisi sebelum dan sesudah intervensi. Hasil observasi menggunakan lembar penilaian menunjukkan adanya penurunan tanda dan gejala harga diri rendah kronis dari 87,5% sebelum kegiatan menjadi 62,5% setelah pelaksanaan terapi. Perubahan ini terutama terlihat pada aspek kontak mata yang mulai membaik serta kemampuan berbicara yang lebih jelas dibandingkan kondisi awal.

Selama proses kegiatan berlangsung, respons peserta terhadap Visual Expression Therapy menunjukkan antusiasme yang cukup baik. Pada tahap awal, beberapa peserta masih tampak pasif, ragu, dan kurang percaya diri dalam mengikuti instruksi. Namun seiring berjalannya kegiatan, peserta mulai menunjukkan keterlibatan aktif dalam proses menggambar dan mengikuti arahan fasilitator. Perawat ruangan juga berperan aktif dalam memberikan pendampingan dan motivasi kepada peserta selama kegiatan berlangsung, sehingga suasana terapi menjadi lebih kondusif dan mendukung partisipasi peserta.

Dalam pelaksanaan kegiatan juga ditemukan beberapa hambatan, seperti adanya peserta yang mengalami kesulitan memahami instruksi awal serta kurang percaya diri dalam mengekspresikan diri melalui media gambar. Untuk mengatasi hal tersebut, tim pelaksana memberikan contoh langsung, menggunakan pendekatan komunikasi terapeutik, serta melakukan pendampingan secara individual agar peserta lebih mudah memahami dan mengikuti proses kegiatan.

Dari hasil kegiatan juga terlihat adanya dampak praktis terhadap kemandirian emosional peserta di lingkungan rumah sakit jiwa. Peserta mulai menunjukkan keberanian dalam mengekspresikan

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

perasaan melalui media visual, lebih terlibat dalam kegiatan kelompok, serta mulai mampu berinteraksi dengan peserta lain secara lebih terbuka. Hal ini menunjukkan bahwa Visual Expression Therapy tidak hanya berdampak pada perubahan gejala, tetapi juga memberikan kontribusi terhadap peningkatan kemampuan ekspresi diri dan kemandirian emosional pasien selama berada di ruang perawatan.

.

Pembahasan

Berdasarkan pengkajian awal di Ruang Maengket UPTD Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. V. L. Ratumbuysang Manado, peserta dengan masalah harga diri rendah kronis menunjukkan berbagai tanda dan gejala yang mencerminkan penurunan konsep diri. Kondisi tersebut ditandai dengan kecenderungan menarik diri dari interaksi sosial, kontak mata yang kurang, berbicara dengan suara pelan, serta mudah teralih perhatian selama komunikasi. Selain itu, peserta juga menunjukkan persepsi diri yang negatif, merasa tidak berdaya, serta menilai dirinya tidak mampu dan tidak berguna. Temuan ini menggambarkan rendahnya kepercayaan diri serta gangguan dalam kemampuan mengekspresikan emosi secara adaptif, sehingga ditetapkan bahwa masalah prioritas adalah harga diri rendah kronis yang ditandai dengan penilaian diri negatif, perasaan gagal, dan isolasi sosial. Kondisi tersebut menjadi dasar pertimbangan dalam penerapan Visual Expression Therapy sebagai intervensi keperawatan jiwa untuk membantu meningkatkan ekspresi diri dan konsep diri positif pada peserta kegiatan.

Untuk mengatasi masalah tersebut, diterapkan visual expression therapy (VET) sebagai inovasi intervensi keperawatan. VET merupakan terapi ekspresif yang menggunakan media visual sebagai sarana untuk mengekspresikan pikiran, perasaan, dan pengalaman yang sulit diungkapkan secara verbal. Melalui aktivitas kreatif seperti menggambar, membuat simbol diri, atau mengekspresikan emosi secara visual, pasien diberikan kesempatan untuk menyalurkan emosi, meningkatkan kesadaran diri, serta memperkuat persepsi positif terhadap diri sendiri. Pendekatan ini sangat relevan pada pasien dengan harga diri rendah kronis karena hambatan komunikasi verbal sering menjadi penghalang utama dalam mengungkapkan kondisi psikologis secara terbuka.

Hasil pengamatan gejala pasien sebelum dan sesudah penerapan VET menunjukkan adanya perubahan yang cukup bermakna. Sebelum terapi, pasien menunjukkan lima dari tujuh tanda dan gejala yang diamati (87,5%), termasuk perasaan malu, perasaan bersalah, tidak fokus/mudah beralih, respon tidak sesuai, kontak mata kurang, berbicara pelan, dan menarik diri. Setelah penerapan VET selama tiga hari berturut-turut (21–23 Januari 2026), terdapat perubahan positif pada beberapa gejala. Kontak mata pasien membaik, berbicara lebih jelas, dan kemampuan mengekspresikan diri melalui media visual mulai terlihat. Jumlah gejala yang muncul berkurang dari lima menjadi tiga, sehingga persentase tanda yang masih terlihat menurun menjadi 62,5%. Perubahan ini menunjukkan adanya respons positif terhadap intervensi yang diberikan, terutama dalam aspek komunikasi nonverbal dan ekspresi diri.

Perubahan ini tidak hanya menunjukkan perbaikan gejala, tetapi juga mencerminkan adanya proses adaptasi psikologis pasien terhadap intervensi yang diberikan. Visual Expression Therapy memberikan kesempatan bagi pasien untuk menyalurkan emosi yang terpendam ke dalam bentuk visual sehingga beban psikologis dapat diekspresikan dengan lebih aman. Proses ini membuat pasien lebih terlibat aktif dalam kegiatan terapeutik dan tidak hanya menjadi penerima tindakan keperawatan, tetapi juga sebagai partisipan dalam proses pemulihan dirinya sendiri.

Beberapa penelitian empiris menunjukkan bahwa terapi seni atau visual expression therapy merupakan intervensi yang efektif dalam meningkatkan ekspresi emosi dan harga diri pada individu dengan gangguan psikologis. Haeyen et al. (2020) menggunakan desain quasi experimental untuk mengevaluasi art therapy dan menemukan bahwa pasien mengalami peningkatan signifikan dalam kemampuan mengekspresikan emosi, kepercayaan diri, dan self esteem setelah mengikuti terapi seni. Kim & Kim (2021) melaporkan bahwa art therapy selama delapan minggu secara signifikan meningkatkan skor self esteem dan ekspresi emosi pada pasien gangguan mood. Lopez Ortiz et al. (2022) menemukan bahwa art therapy berbasis visual memengaruhi peningkatan persepsi diri dan regulasi emosi pasien di fasilitas layanan kesehatan mental. Chen et al. (2023) menunjukkan bahwa creative art therapy berasosiasi dengan peningkatan self esteem dan penurunan stres emosional pada pasien psikiatri. Selanjutnya, Martinez & Cruz (2024) melaporkan bahwa art therapy visual meningkatkan self esteem dan keterampilan interpersonal pada pasien rawat jalan. Temuan-temuan tersebut memperkuat bahwa pendekatan berbasis ekspresi visual memiliki peran penting dalam rehabilitasi psikososial pasien gangguan jiwa.

Jika dikaitkan dengan kasus Ny. J.R, masalah utama yang dialami adalah harga diri rendah kronis yang ditandai dengan perasaan gagal menjadi ibu, menarik diri dari interaksi sosial, kontak mata kurang, berbicara pelan, dan kesulitan mengekspresikan emosi secara verbal. Kondisi ini sesuai dengan temuan Haeyen et al. (2020) yang

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

menjelaskan bahwa rendahnya self esteem pada pasien gangguan jiwa sering berkaitan dengan pengalaman hidup negatif dan penilaian diri yang maladaptif. Selain itu, Kim dan Kim (2021) menyatakan bahwa kondisi psikologis tersebut dapat menyebabkan isolasi sosial yang semakin memperburuk harga diri pasien. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang tidak hanya verbal tetapi juga memberikan ruang ekspresi alternatif.

Implementasi visual expression therapy (VET) selama tiga hari menunjukkan adanya perkembangan bertahap pada kondisi pasien. Pada hari pertama, pasien masih membutuhkan banyak dukungan dalam mengikuti kegiatan, namun mulai mampu mengekspresikan perasaan melalui gambar. Pada hari kedua, pasien menunjukkan peningkatan interaksi dan mulai mampu menjelaskan hasil gambar secara sederhana. Pada hari ketiga, pasien tampak lebih terbuka, kontak mata lebih baik, dan mulai mampu merefleksikan emosi melalui simbol visual. Proses ini sejalan dengan Lopez Ortiz et al. (2022) yang menyatakan bahwa terapi visual membantu pasien menyalurkan emosi yang sulit diungkapkan secara verbal.

Pada tahap selanjutnya, pasien juga menunjukkan peningkatan kemampuan komunikasi dan partisipasi sosial, yang mendukung temuan Chen et al. (2023) bahwa terapi seni dapat meningkatkan ekspresi diri dan mengurangi hambatan emosional. Perubahan bertahap ini menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan secara konsisten memiliki dampak akumulatif terhadap perbaikan kondisi psikologis pasien.

Evaluasi hasil intervensi menunjukkan bahwa gejala harga diri rendah menurun dari 87,5% sebelum intervensi menjadi 62,5% setelah tiga sesi VET, terutama terlihat pada aspek kontak mata dan berbicara yang semakin membaik. Hal ini konsisten dengan Martinez & Cruz (2024) yang melaporkan bahwa art therapy visual meningkatkan keterampilan interpersonal dan self esteem pada pasien dengan masalah psikologis. Meskipun beberapa gejala seperti perasaan malu dan bersalah masih muncul, hasil ini menunjukkan adanya perbaikan awal yang signifikan.

Selain memberikan dampak pada pasien, pelaksanaan Visual Expression Therapy (VET) juga memberikan kontribusi terhadap peningkatan pemahaman perawat ruangan dalam penerapan terapi ekspresif sebagai bagian dari asuhan keperawatan jiwa. Perawat yang terlibat dalam kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai teknik dasar pelaksanaan VET, mulai dari pendekatan terapeutik, pendampingan ekspresi visual, hingga evaluasi respons pasien. Hal ini menunjukkan adanya proses transfer pengetahuan kepada mitra di ruang perawatan sehingga VET berpotensi untuk diterapkan secara berkelanjutan dalam pelayanan keperawatan jiwa di Ruang Maengket.

Secara keseluruhan, hasil ini mendukung literatur yang menyatakan bahwa intervensi ekspresif melalui media visual dapat membantu pasien menyalurkan emosi, meningkatkan kesadaran diri, serta memperkuat persepsi positif terhadap diri sendiri. Namun demikian, diperlukan terapi lanjutan dan dukungan lingkungan yang konsisten agar hasil yang diperoleh dapat lebih optimal dan bertahan dalam jangka panjang.

D. PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil penerapan asuhan keperawatan jiwa dengan *Visual Expression Therapy* (VET) pada Ny. J.R., seorang pasien perempuan berusia 60 tahun dengan diagnosa harga diri rendah kronis di Ruang Maengket UPTD RSJ Prof. Dr. V. L. Ratumbuysang Manado, dapat disimpulkan bahwa pasien mengalami masalah harga diri rendah kronis yang ditandai dengan penilaian diri negatif, perasaan gagal sebagai ibu, menarik diri dari interaksi sosial, kontak mata terbatas, serta afek yang berubah-ubah dengan dominasi perasaan sedih. Selain itu, pasien juga menunjukkan konsentrasi yang terganggu dan kecenderungan berpikir negatif terhadap dirinya sendiri.

Diagnosa keperawatan utama yang ditegakkan adalah harga diri rendah kronis yang berhubungan dengan gangguan psikiatri, dengan manifestasi pasien merasa tidak berharga, enggan berinteraksi, serta tidak percaya diri dalam melakukan aktivitas sosial. Berdasarkan masalah tersebut, intervensi keperawatan difokuskan pada penerapan *Visual Expression Therapy* sebagai bentuk terapi nonfarmakologis untuk membantu pasien mengekspresikan emosi, meningkatkan kesadaran diri, serta membangun kembali konsep diri positif.

Pelaksanaan intervensi dilakukan selama tiga hari melalui tahapan orientasi, kerja, dan terminasi. Hasil implementasi menunjukkan adanya perubahan bertahap pada pasien, mulai dari kondisi pasif dan menarik diri pada hari pertama, kemudian mulai berpartisipasi dan berinteraksi pada hari kedua, hingga mampu mengekspresikan emosi secara lebih terbuka melalui media visual pada hari ketiga. Pasien juga menunjukkan peningkatan kontak mata, komunikasi verbal, serta keterlibatan dalam proses terapi.

Secara keseluruhan, evaluasi akhir menunjukkan adanya peningkatan harga diri pada pasien yang ditandai dengan kemampuan mengekspresikan perasaan secara lebih baik, meningkatnya partisipasi dalam aktivitas terapi, serta munculnya rasa percaya

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

diri yang lebih positif. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *Visual Expression Therapy* efektif digunakan sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis dalam meningkatkan harga diri pada pasien dengan gangguan harga diri rendah kronis.

Saran

Penerapan *Visual Expression Therapy* (VET) diharapkan dapat terus dikembangkan sebagai salah satu intervensi keperawatan jiwa nonfarmakologis dalam menangani pasien dengan harga diri rendah kronis, karena terbukti membantu meningkatkan kemampuan ekspresi diri dan konsep diri positif pasien. Perawat diharapkan dapat mengintegrasikan terapi ini dalam asuhan keperawatan jiwa secara berkelanjutan dengan menciptakan lingkungan yang terapeutik dan suportif. Selain itu, institusi pendidikan diharapkan dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai referensi pembelajaran serta dasar pengembangan praktik berbasis *evidence based nursing*, dan penelitian selanjutnya disarankan menggunakan sampel yang lebih luas serta durasi intervensi yang lebih panjang untuk memperoleh hasil yang lebih optimal.

E. DAFTAR PUSTAKA

Association, A. P. (2021). What is Schizophrenia. https://www.psychiatry.org/patients-families/scizophernia/what/what-is-schizophrenia

Chen, L., et al. (2023). Creative art therapy for self expression and emotional well being.

Daryanto, & Khairani, W. (2020). Daya Tilik Diri (Self Insight), Harga Diri (Self Esteem) dan Sigma Diri (Self Sigma) Serta Kualitas Hidup Pasien Skizofrenia di Klinik Jiwa RS Jiwa Daerah Jambi. Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi, 20(1), 217–224.

Dermawan, D., Addini, R., Kesehatan, P., & Mulia, B. (2024). PISSN 2337-649X / EISSN 2655-8874. Jurnal Kesehatan Karya Husada, 12(1), 77–85.

Du, S. C., Li, C. Y., Lo, Y. Y., Hu, Y. H., Hsu, C. W., Cheng, C. Y., Chen, T. T., Hung, P. H., & Lin, P. Y. (2024). Effects of visual art therapy on positive symptoms, negative symptoms, and emotions in individuals with schizophrenia: A systematic review and meta analysis. Healthcare, 12(11), 1156. https://doi.org/10.3390/healthcare12111156

Fernanda, D. A. (2020). Analisis Asuhan Keperawatan Jiwa Pada Klien Yang Mengalami Gangguan Konsep Diri Harga Diri Rendah, 8–21.

Haeyen, S. et al. (2020). Art therapy for emotional expression and self esteem in mental health patients.

Haeyen, S. (2022). The effectiveness of art therapy in improving self-esteem and emotional regulation in patients with mental health disorders: A systematic review. Journal of Mental Health Therapy, 31(2), 145–158.

Harniati, Y., & Dinni, S. M. (2024). Intervensi art therapy untuk meningkatkan self esteem pada pasien dewasa skizofrenia paranoid. GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling, 14(1), 336–347.

Kim, A., & Kim, B. (2021). Effect of art therapy on self esteem and emotional expression.

Keliat, B. A. (2019). Model praktik keperawatan profesional jiwa. EGC.

Lopez Ortiz, M., et al. (2022). Effectiveness of art therapy on emotion regulation and self esteem.

Malchiodi, C. A. (2021). Creative interventions with traumatized children. Guilford Press.

Martinez, J., & Cruz, P. (2024). Impact of visual art therapy on self esteem and interpersonal skills.

McNiff, S. (2023). Art as medicine: Creating a therapy of the imagination. Shambhala Publications.

Moon, B. L. (2022). Arts in counseling: Expressive approaches for promoting mental health. Routledge.

Nurhayati, S., & Keliat, B. A. (2022). Penerapan intervensi keperawatan dalam meningkatkan harga diri pada pasien dengan harga diri rendah kronis. Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa, 5(2), 215–222.

Permatasari, P. P., & Aristawati, A. R. (2025). Art therapy (drawing) as a medium for emotion revelation in paranoid schizophrenia patients in Surabaya Hospital. Journal of Scientific Research, Education, and Technology (JSRET), 4(2), 900–907.

PPNI - Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Definisi dan Indikator Diagnostik. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.

PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan, Edisi 1 Cetakan II. Jakarta: PPNI.

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

PPNI. (2019). Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan, Edisi 1 Cetakan II. Jakarta: PPNI.

Putra, R., & Yuliana, D. (2024). Penerapan expressive writing therapy terhadap peningkatan harga diri pada pasien dengan gangguan harga diri rendah kronis. Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi, 24(1), 102–108.

Rubin, J. A. (2022). Approaches to art therapy: Theory and technique. Routledge.

Sari, M., & Putra, A. (2023). Intervensi keperawatan dalam meningkatkan konsep diri pada pasien dengan harga diri rendah kronis. Jurnal Keperawatan Indonesia, 26(2), 134–141.

Seto, B., Atmojo, R., Purbaningrum, A., & Purworejo, P. (n.d.). Peningkatan Harga Diri Rendah Pada Klien Yang Mengalami Skizofrenia. Nursing Science Journal (NSJ), 2(1).

Stuart, G. W. (2022). Prinsip dan Praktik Keperawatan Jiwa Stuart, Edisi Indonesia ke-2 (B. A. Keliat & J. Pasaribu, eds.). Elsevier Singapore.

Sudibyo, & Salsabila, Z. (2023). Penerapan Terapi Okupasi Berkebun Pada Pasien Dengan Harga Diri Rendah Kronis Di Wisma Sadewa RSJ Grhasia, 9–36.

Widianti, E., Keliat, B. A., & Wardhani, I. Y. (2021). Terapi spesialis keperawatan jiwa pada pasien dengan harga diri rendah kronis. Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia, 7(2), 79–86.

Wulandari, R., Hidayat, A., & Pratiwi, D. (2024). Terapi ekspresif dalam meningkatkan konsep diri pada pasien gangguan jiwa dengan harga diri rendah. Jurnal Keperawatan Jiwa Indonesia, 7(1), 45–52.

Zaenal, Z., & Rosida, R. (2025). Efektivitas terapi seni (art therapy) terhadap ekspresi emosi pada pasien dengan gangguan jiwa. Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan, 4(1), 846.

.

Lisensi: Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)