

**PENERAPAN TERAPI AFIRMASI POSITIF TERHADAP  
*QUALITY OF LIFE* PADA PASIEN HARGA DIRI  
RENDAH DI RUMAH SAKIT JIWA DAERAH  
DR. RM SOEDJARWADI KLATEN**

Intan Anggraini<sup>1</sup>, Norman Wijaya Gati<sup>2</sup>, Wahyu Reknoningsih<sup>3</sup>

[Intananggraini856@gmail.com](mailto:Intananggraini856@gmail.com)

Universitas 'Aisyiyah Surakarta<sup>1</sup>, Universitas Aisyiyah Surakarta<sup>2</sup>, Dr.Rm  
Soedjaradi Klaten<sup>3</sup>

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Harga diri rendah merupakan masalah psikologis yang sering dialami oleh pasien dengan gangguan jiwa, khususnya *skizofrenia*, yang dapat berdampak pada menurunnya kualitas hidup. Salah satu intervensi non-farmakologis yang efektif untuk meningkatkan kualitas hidup dan harga diri pasien adalah terapi afirmasi positif. Terapi ini bekerja dengan menanamkan pikiran positif melalui pernyataan berulang yang bertujuan untuk membentuk persepsi diri yang lebih baik, dan mengurangi pikiran negatif. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi afirmasi positif dalam meningkatkan kualitas hidup pada pasien dengan harga diri rendah di Bangsal Flamboyan RSJD Dr. RM Soedjarwadi Klaten. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode studi kasus deskriptif pada dua pasien dengan harga diri rendah. Terapi afirmasi positif diberikan selama 3 hari berturut-turut sebanyak dua kali sehari, diikuti pengukuran tingkat kualitas hidup menggunakan instrumen *WHOQOL-BREF* sebelum dan sesudah intervensi. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kualitas hidup pada kedua pasien. Pasien Tn.B mengalami peningkatan skor kualitas hidup dari 50 (sedang) menjadi 75 (baik), sementara pasien Sdr.A mengalami peningkatan dari 50 (sedang) menjadi 100 (sangat baik) setelah mendapatkan terapi afirmasi positif. **Kesimpulan:** Terapi afirmasi positif terbukti efektif sebagai metode non-farmakologis yang sederhana dan aman untuk meningkatkan kualitas hidup pasien dengan harga diri rendah. Intervensi ini dapat menjadi terapi pendukung dalam keperawatan jiwa, terutama dalam penguatan konsep diri pasien.

**Kata Kunci:** HDR, Afirmasi positif, Kualitas hidup