

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penerapan intervensi keperawatan melalui pendekatan afirmasi positif dan teknik terapeutik menunjukkan efektivitas dalam meningkatkan persepsi diri dan harga diri klien. Asuhan keperawatan ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas BL Limbangan, Kabupaten Garut, selama tiga hari, terhitung sejak tanggal 1 Juli hingga 3 Juli 2025. Dengan menggunakan proses asuhan keperawatan, maka penulis mengambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Pengkajian menunjukkan bahwa kedua responden mengalami harga diri rendah yang ditandai dengan pernyataan negatif tentang diri sendiri, ekspresi wajah murung, dan kurangnya motivasi dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Selain itu, kedua responden juga menunjukkan perilaku menarik diri dari lingkungan sosial, cenderung diam, serta menolak berinteraksi. Responden 1 juga mengalami kesulitan dalam mengatasi masalah yang dihadapinya, sementara responden 2 menunjukkan gejala halusinasi pendengaran berupa mendengar bisikan yang tidak nyata.
2. Diagnosa keperawatan yang ditemukan pada kedua responden memiliki kesamaan dalam tiga aspek, yaitu harga diri rendah, isolasi sosial, serta hambatan dalam adaptasi psikososial. Namun terdapat perbedaan pada

aspek tambahan, yakni koping individu tidak efektif pada responden 1 dan halusinasi pendengaran pada responden 2.

3. Intervensi keperawatan yang dilakukan meliputi latihan afirmasi positif untuk meningkatkan persepsi diri, pendampingan dalam aktivitas harian untuk mendorong kemandirian, terapi distraksi seperti berdzikir dan membaca buku, serta komunikasi terapeutik untuk meningkatkan keterbukaan klien. Edukasi kepada keluarga juga dilakukan untuk menciptakan lingkungan yang suportif dan memperkuat dukungan sosial.
4. Implementasi intervensi menunjukkan hasil yang positif pada kedua responden. Klien mulai mampu mengucapkan afirmasi positif dengan percaya diri, menunjukkan inisiatif dalam melakukan aktivitas, serta merespons secara emosional terhadap pujian dan dukungan. Pada responden 1, mekanisme koping mulai berkembang dengan kemampuan mengidentifikasi masalah dan menyusun solusi sederhana. Sedangkan pada responden 2, intensitas halusinasi mulai menurun dan klien mampu mengalihkan fokus menggunakan teknik yang telah diajarkan.
5. Evaluasi menunjukkan bahwa kriteria hasil intervensi telah tercapai secara bertahap. Responden 1 memperlihatkan penurunan gejala harga diri rendah dengan skala pemulihan yang meningkat, terlihat dari perubahan perilaku dan ekspresi emosi yang lebih positif. Responden 2 menunjukkan perbaikan signifikan dalam mengendalikan halusinasi, berkurangnya rasa takut, serta meningkatnya keterlibatan sosial.

Keduanya mampu menunjukkan respons yang lebih sehat dalam menghadapi kondisi psikologis yang dialaminya.

5.2. Saran

1 Bagi klien dan keluarga,

Disarankan untuk melanjutkan penggunaan afirmasi positif secara rutin sebagai bagian dari latihan harian untuk memperkuat kepercayaan diri, mengurangi pikiran negatif, dan membentuk citra diri yang sehat. Keluarga juga diharapkan dapat memberikan dukungan secara verbal dan emosional untuk memperkuat efek dari terapi afirmasi serta menciptakan lingkungan yang aman dan suportif.

2 Bagi institusi pelayanan kesehatan jiwa

Disarankan untuk terutama di tingkat Puskesmas atau layanan keperawatan komunitas, disarankan agar intervensi afirmasi positif dimanfaatkan sebagai salah satu pendekatan psikososial dalam penanganan pasien dengan harga diri rendah dan gangguan psikologis lainnya. Pendekatan ini dapat dikombinasikan dengan intervensi lain seperti terapi distraksi, komunikasi terapeutik, dan edukasi keluarga untuk hasil yang lebih optimal.

3 Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan acuan awal dalam pengembangan intervensi psikologis non-farmakologis berbasis afirmasi positif. Studi lanjutan dengan jumlah responden lebih besar, metode kuantitatif atau

campuran, serta periode intervensi yang lebih panjang sangat disarankan untuk memperkuat bukti efektivitasnya.

4 Bagi institusi Pendidikan

Disarankan untuk terutama pendidikan keperawatan, disarankan agar terapi afirmasi positif dimasukkan ke dalam materi pembelajaran keperawatan jiwa. Pembekalan ini akan melatih mahasiswa menjadi perawat yang lebih empatik, kreatif, dan mampu menggunakan pendekatan-pendekatan psikososial yang sederhana namun efektif dalam mendampingi pasien gangguan jiwa.

5 Bagi penulis

disarankan untuk pengalaman dalam penelitian ini menjadi dasar penting untuk mengembangkan berbagai bentuk intervensi keperawatan berbasis psikososial lainnya. Penulis juga disarankan untuk menyebarluaskan hasil penelitian ini melalui publikasi ilmiah atau pelatihan di fasilitas kesehatan, sehingga afirmasi positif dapat dikenal lebih luas sebagai terapi yang murah, praktis, dan berdampak positif dalam pemulihan pasien gangguan jiwa.