

**UNIVERSITAS AISYIYAH PALEMBANG
FAKULTAS KESEHATAN DAN TEKNOLOGI
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN**

**Karya Tulis Ilmiah, Mei 2025
Riky Yakup**

XVI + 87 Halaman + 21 Tabel + 1 Gambar + 2 Skema + 2 Bagan + 5 Lampiran

PENERAPAN *EXPRESSIVE WRITING THERAPY* TERHADAP *SELF ESTEEM* PADA PASEIN HARGA DIRI RENDAH DI YAYASAN BAGUS MANDIRI KOTA PALEMBANG

ABSTRAK

Latar belakang: Harga diri rendah adalah perasaan tidak berharga, tidak berarti yang berkepanjangan akibat evaluasi negatif terhadap diri sendiri. Terapi non-farmakologis dapat diterapkan salah satunya adalah terapi *expressive writing therapy*. Terapi ini terbukti dapat mengungkapkan emosional positif maupun negatif dan mengurangi stress yang dirasakan sehingga membantu memperbaiki kesehatan. **Tujuan:** Telah dilakukan penerapan *expressive writing therapy* terhadap *self esteem* pada pasien harga diri rendah di Yayasan Bagus Mandiri Insani Kota Palembang Tahun 2025. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah deskriptif analitik dalam bentuk studi kasus asuhan keperawatan yang mengeksplorasi penerapan terapi penerapan *expressive writing therapy* terhadap *self esteem* pada pasien harga diri rendah di Yayasan Bagus Mandiri Insani Kota Palembang Tahun 2025. Analisa data yang digunakan dalam studi kasus ini adalah analisis deskriptif dengan cara mendeskripsikan data yang terkumpul untuk membuat suatu kesimpulan. **Hasil:** Hasil dari penelitian didapatkan pasien 1 (Tn. H) dan pasien 2 (Tn. A) dengan masalah harga diri rendah terdapat perubahan yang signifikan setelah dilakukan penerapan *expressive writing therapy*, pada pasien 1 (Tn. H) didapat total skor 14 yang berarti mampu mengungkapkan keinginan, sedangkan pada Pasien 2 (Tn. A) didapat total skor 12 yang berarti mampu mengungkapkan keinginan. **Saran:** Mempertahankan metode pembinaan lanjutan dimana pasien gangguan jiwa yang dinilai mulai membaik dalam pemulihan mental diberi peran sebagai pengasuh untuk mengasuh pasien lainnya dengan didampingi oleh perawat.

Kata Kunci: Terapi *expressive writing therapy*, Harga diri rendah.

Daftar Pustaka: 34 (2015-2022)

**UNIVERSITY OF AISYIYAH PALEMBANG
FACULTY OF HEALTH AND TECHNOLOGY
DIPLOMA III NURSING STUDY PROGRAM**

Scientific Paper, May 2025

Riky Yakup

XVI + 87 Pages + 21 Tables + 1 Figure + 2 Schemes + 2 Chart + 5 Appendices

APPLICATION OF EXPRESSIVE WRITING THERAPY ON SELF-ESTEEM IN PATIENTS WITH LOW SELF-ESTEEM AT BAGUS MANDIRI FOUNDATION, PALEMBANG CITY

ABSTRACT

Background: Low self-esteem is a prolonged feeling of worthlessness and insignificance caused by negative self-evaluation. One of the non-pharmacological therapies that can be applied is expressive writing therapy. This therapy has been proven to express both positive and negative emotions and reduce perceived stress, thereby helping to improve health. **Objective:** Have been done expressive writing therapy to improve self-esteem in patients with low self-esteem at Bagus Mandiri Insani Foundation, Palembang City in 2025. **Method:** This study is an analytic descriptive research in the form of a case study of nursing care that explores the application of expressive writing therapy on self-esteem in patients with low self-esteem at Bagus Mandiri Insani Foundation, Palembang City in 2025. The data analysis used in this case study is descriptive analysis by describing the collected data to draw conclusions. **Results:** The results showed that both Patient 1 (Mr. H) and Patient 2 (Mr. A), who had low self-esteem issues, experienced significant changes after the implementation of expressive writing therapy. Patient 1 (Mr. H) achieved a total score of 14, indicating the ability to express desires, while Patient 2 (Mr. A) achieved a total score of 12, also indicating the ability to express desires. **Suggestion:** To maintain ongoing guidance programs where mentally recovering psychiatric patients are given roles as caregivers to assist other patients under the supervision of nurses.

Keywords: Expressive writing therapy, Low self-esteem.

References: 34 (2015-2022)