

PLANT THERAPY UNTUK MENINGKATKAN HARGA DIRI RENDAH PADA KLIEN HARGA DIRI RENDAH DI PANTI REHABILITASI PENGEMIS, GELANDANGAN DAN ORANG TERLANTAR (PR-PGOT)

Puji Setya Rini¹, Siti Romadoni², Ayu Dekawaty³

^{1,2,3} Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Muhammadiyah Palembang

Email: pujujisetyarini@gmail.com, siro.ukhti@gmail.com, nyimasayudekawaty@gmail.com

Abstrak

Pasien gangguan mental harga diri rendah seringkali diasingkan di lingkungan, terbuang dari keluarga, dan mendapat perlakuan fisik yang kurang manusiawi sehingga upaya –upaya dalam memodifikasi lingkungan menjadi sangat penting. Terapi lingkungan merupakan suatu tindakan penyembuhan pasien dengan gangguan jiwa melalui manipulasi dan modifikasi unsur yang ada di lingkungan dan berpengaruh terhadap proses penyembuhan. Tujuan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu untuk membantu peningkatan harga diri bagi klien dengan harga diri rendah, dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan klien dengan harga diri rendah sehingga punya kegiatan untuk mengisi waktu luang di panti dan dapat dijadikan sebagai lahan enterpreneur bagi klien dengan harga diri rendah. Pelaksanaan kegiatan ini menggunakan metode ceramah dan diskusi terkait mekanisme pelaksanaan kegiatan di lapangan, kemudian dilanjutkan kegiatan di lapangan diawali dengan demonstrasi dan pelaksanaan Plant Therapy yang dibentuk dalam kelompok kecil untuk membentuk Team Work masing – masing kelompok. Sasaran dalam kegiatan ini yaitu penghuni PR-PGOT dengan harga diri rendah yang sudah kooperatif. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dalam tiga tahapan kegiatan yaitu persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Hasil yang didapatkan yaitu adanya peningkatan harga diri klien sebelum dan sesudah dilaksanakan kegiatan Plant Therapy dengan pembentukan kelompok – kelompok kecil yang dapat dilihat dari tanda dan gejala klien yaitu klien lebih terbuka terhadap dirinya sendiri (memiliki kemampuan dalam hal berkebun) dan akan meneruskan kegiatan berkebun, klien mencoba untuk lebih menerima dirinya sendiri, klien tampak tertarik dan antusias untuk mengikuti terapi berkebun, klien tampak sudah mencoba untuk saling membantu dalam berkebun dan klien mengatakan hasil kebun akan digunakan bersama warga panti lainnya.

Kata kunci: : Millieu Therapy, Plant Therapy, Harga Diri Rendah

Abstract

Mental disorders patients with low self-esteem are often ostracized in the environment, banished from the family, and received inhumane physical treatment so that efforts in modifying the environment are very important. Millieu Therapy is an act of healing patients with mental disorders through manipulation and modification of elements in the environment and affect the healing process. The purpose of this community service activity to help increase self-esteem for clients with low self-esteem, can increase the knowledge and skills of clients with low self-esteem so that they have activities to fill spare time at the Panti and can be used as entrepreneur land for clients with low self-esteem. The implementation of this activity uses the lecture and discussion method related to the mechanism of implementing activities in the field, then continued with field activities beginning with demonstrations and implementation Plant Therapy formed in small groups to form a Team Work of each group. The target in this activity is the occupants of PR-PGOT with low self-esteem that is already cooperative. These service activities are carried out in three stages, namely preparation, implementation and

evaluation. Evaluation of activities is carried out to see an increase in client self-esteem through the signs and symptoms shown by the client. The results obtained are an increase in client's self-esteem before and after the Plant Therapy activity is carried out by forming small groups which can be seen from the signs and symptoms of the client which is the client more open to himself (has the ability in terms of gardening) and will continue gardening, the client tries to be more accepting of himself, the client seems interested and enthusiastic about attending gardening therapy, the client seems to have tried to help each other in gardening and the client said the garden would be shared with other residents of Panti.

Keywords: *Millieu Therapy, Plant Therapy, Low self-esteem*

PENDAHULUAN

Kebutuhan dasar manusia merupakan unsur-unsur yang dibutuhkan oleh manusia dalam mempertahankan keseimbangan fisiologis maupun psikologis, yang bertujuan untuk mempertahankan kehidupan dan kesehatan. Manusia memiliki kebutuhan dasar yang bersifat heterogen. Setiap orang pada dasarnya memiliki kebutuhan yang sama, akan tetapi karena terdapat perbedaan budaya, maka kebutuhan tersebut pun ikut berbeda. Maslow telah mengembangkan suatu tingkatan atau hierarki kebutuhan manusia yang terdiri atas lima kategori, yaitu kebutuhan fisiologis, keselamatan, rasa cinta, memiliki dan dimiliki, harga diri, aktualisasi diri (Maryam, 2007).

Setiap individu/ seseorang cenderung mengharapkan dirinya berkembang dan dapat menjadi lebih baik lagi. Perkembangan kemampuan/potensi seseorang tidak akan terwujud begitu saja apabila tidak diupayakan dan seberapa jauh seseorang mengupayakan sehingga mewujudkan potensinya menjadi aktual dan terwujud dalam sikap kepribadian. Hal ini dapat diperoleh apabila seseorang tersebut setidaknya memiliki rasa percaya dan konsep diri sehingga dapat memenuhi kebutuhan dasarnya yang dapat mengakibatkan timbulnya gangguan kesehatan jiwa.

Tanda gejala utama klien dengan episode depresi adalah sedih yang mendalam, berkurangnya energi dan menurunnya aktivitas gejala tambahan yang meliputi adalah harga diri rendah, kepercayaan diri kurang, rasa bersalah, pesimis, tidur terganggu, tidak nafsu makan menurut Maslam tahun 2003 (dalam Wiyati, 2010). Harga diri rendah merupakan komponen episode depresi mayor, dimana aktivitas merupakan bentuk hukuman atau punishment (Stuart & Laraia, 2015).

Harga diri seseorang diperoleh dari diri sendiri dan orang lain. Gangguan harga diri rendah akan terjadi jika kehilangna kasih sayang, perlakuan orang lain yang mengancam, dan hubungan interpersonal yang buruk. Tingkat harga diri seseorang berada dalam rentang tinggi

sampai rendah. Individu yang memiliki harga diri tinggi menghadapi lingkungan secara aktif dan mampu beradaptasi secara selektif untuk berubah serta cenderung merasa aman (Yosep, 2011).

Menurut Otong tahun 1995 (dalam Yosep, 2011), harga diri dipengaruhi oleh pengalaman individu dalam perkembangan fungsi ego, dimana anak – anak yang dapat beradaptasi terhadap lingkungan internal dan eksternal biasanya memiliki perasaan aman terhadap lingkungan dan menunjukkan harga diri yang positif. Sedangkan individu yang memiliki harga diri rendah cenderung untuk mengespresikan lingkungan negatif dan sangat mengancam. Mungkin karena pernah mengalami depresi atau gangguan dalam fungsi egonya.

Upaya terapi harus bersifat komprehensif, holistik dan multidisipliner. Selain terapi fisik (farmakoterapi), terapi psikologis (psykotherapy), juga perlu mengutamakan optimalisasi aspek lingkungan melalui penerapan konsep – konsep psikologis lingkungan. Hal ini berarti pentingnya upaya – upaya memadukan konsep terapi dengan konsep psikologis lingkungan dalam mengupayakan kesembuhan pasien gangguan mental (Yosep, 2011).

Pasien gangguan mental harga diri rendah seringkali diasingkan di lingkungan, terbuang dari keluarga, dan mendapat perlakuan fisik yang kurang manusiawi sehingga upaya – upaya dalam memodifikasi lingkungan menjadi sangat penting (Stuart, 2007). Terapi lingkungan merupakan suatu tindakan penyembuhan pasien dengan gangguan jiwa melalui manipulasi dan modifikasi unsur yang ada di lingkungan dan berpengaruh terhadap proses penyembuhan (Yosep, 2011).

Banyaknya tekanan dan berbagai bentuk gangguan dari lingkungan modern sering kali melampaui daya tahan individu hingga menimbulkan gangguan kesehatan, stress hingga depresi yang merupakan salah satu klasifikasi dari gangguan jiwa. Taman yang didesain berupa lingkungan yang didominasi unsur tanaman, bersifat tidak kompleks dan berpola alami menjadi media terapi bagi penderita depresi (Putri, 2013).

Terapi Lingkungan (Milleu Therapy) merupakan terapi atau pengobatan merupakan cara proses penyembuhan suatu gangguan yang disebabkan oleh sumber – sumber gangguan. Sumber – sumber yang bersifat terapeutik (dapat memberikan penyembuhan) dapat berupa orang – orang lingkungan atau benda – benda dan kegiatan – kegiatan yang membawa penyembuhan. Terapi lingkungan berasal dari bahasa Prancis yang artinya perencanaan ilmiah dari lingkungan dengan tujuan yang bersifat terapeutik atau kegiatan yang mendukung kesembuhan (Yosep, 2011).

Terapi lingkungan adalah suatu tindakan penyembuhan pasien dengan gangguan jiwa melalui manipulasi unsur yang ada di lingkungan dan berpengaruh terhadap penyembuhan pasien gangguan jiwa (Yosep, 2011). Terapi Lingkungan adalah tindakan penyembuhan pasien melalui manipulasi dan modifikasi unsur-unsur yang ada pada lingkungan dan berpengaruh positif terhadap fisik dan psikis individu serta mendukung proses penyembuhan (Kusumawati & Yudi, 2011).

Lingkungan fisik dan psikologis merupakan suatu kondisi yang memiliki pengaruh besar terhadap proses penyembuhan terutama pada pasien gangguan mental. Secara teori diidentifikasi bahwa sistem lingkungan sendiri terdiri dari sistem internal dan sistem eksternal. Sistem internal manusia terdiri atas jenis – jenis sub sistem yang meliputi biological, psychological, sosiological, dan spiritual. Sedangkan lingkungan eksternal meliputi ; sesuatu di luar batas internal seperti udara, iklim, air, bangunan termasuk diantaranya hal yang tidak dapat diraba seperti : sosial, budaya, politik, dan ekonomi (Yosep, 2011).

Hasil observasi yang telah dilakukan pada tanggal 19 – 21 November 2018 didapatkan di PGOT ada klinik dan hanya ada 1 (satu) perawat, kunjungan Puskesmas dilakukan berkala 1 (satu) bulan sekali, obat – obatan bagi pasien gangguan jiwa didapatkan dari RS Ernaldi Bahar Palembang, kondisi lingkungan tampak tidak rapi dengan sampah berserakan dan banyak rumput - rumput kering dan belum ada jadwal kegiatan klien gangguan jiwa. Dalam hal ini penulis akan mengembangkan kegiatan penghuni PGOT melalui terapi lingkungan : kegiatan berkebun.

MASALAH

Hasil observasi yang telah dilakukan pada tanggal 19 – 21 November 2018 didapatkan di PGOT ada klinik dan hanya ada 1 (satu) perawat, kunjungan Puskesmas dilakukan berkala 1 (satu) bulan sekali, obat – obatan bagi pasien gangguan jiwa didapatkan dari RS Ernaldi Bahar Palembang, kondisi lingkungan tampak tidak rapi dengan sampah berserakan dan banyak rumput - rumput kering dan belum ada jadwal kegiatan klien gangguan jiwa. Diharapkan setelah dilaksanakan kegiatan terapi lingkungan : berkebun, penghuni PGOT dapat mengembangkan kemampuan dalam berkebun untuk meningkatkan harga diri rendah, mengisi waktu luang yang terjadwal dan menumbuhkan enterpreneur. Dalam hal ini penulis akan mengembangkan kegiatan penghuni PGOT melalui Milleu Therapy : Plant Therapy.

METODE PELAKSANAAN

Sasaran dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu semua penghuni PR-PGOT dengan diagnosa harga diri rendah yang sudah kooperatif. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dalam tiga tahapan kegiatan yaitu persiapan, pelaksanaan dan evaluasi.

1. Tahap pertama yaitu persiapan dilakukan dengan persiapan surat ijin untuk melakukan kegiatan pengabdian masyarakat di PR-PGOT dan melakukan koordinasi dengan pihak pengelola/ pengurus PR-PGOT. Setelah diberi ijin dilanjutkan dengan melakukan survei pendahuluan terkait jumlah klien dengan harga diri rendah dan sudah kooperatif, serta melakukan pengkajian terkait tanda dan gejala klien sebelum dilakukan kegiatan. Dilanjutkan melakukan survei lapangan terkait lahan yang akan digunakan untuk Milleu Therapy : Plant Therapy.
2. Tahap kedua yaitu pelaksanaan yang diawali dengan kegiatan persamaan persepsi dengan pihak pengelola/ pengurus PR-PGOT terkait mekanisme untuk pelaksanaan kegiatan ini. Kemudian dilanjutkan dengan pembuatan lahan yang akan digunakan untuk Milleu Therapy : Plant Therapy yang dilakukan oleh pengurus/ pengelola PR-PGOT.
Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan memberi penjelasan pada peserta (klien harga diri rendah) dan pengelola/ pengurus PR-PGOT terkait mekanisme pelaksanaan kegiatan pengabdian yang akan dilakukan, dalam kegiatan ini menggunakan metode ceramah dan diskusi yang dilaksanakan di ruang aula/ pertemuan. Kemudian dilanjutkan kegiatan dilapangan diawali dengan demonstrasi kegiatan, pengelompokkan peserta kedalam kelompok kecil untuk membentuk Team Work yang didampingi oleh pengurus/ pengelola PR-PGOT, masing – masing kelompok berisi 5 (lima) orang dan terbentuk 3 (tiga) kelompok. Dilanjutkan dengan pembagian lahan, bibit dan alat bercocok tanam untuk masing – masing kelompok. Dimulai kegiatan Milleu Therapy : Plant Therapy yang dilakukan oleh klien harga diri rendah dengan didampingi oleh pengelola/ pengurus PR-PGOT.
3. Tahap ketiga yaitu dilakukan evaluasi kegiatan berupa melihat hasil kegiatan bercocok tanam, setelah selesai semua kegiatan maka para peserta langsung dikumpulkn didalam ruang Aula/ pertemuan di PR-PGOT dan melakukan pengkajian terkait tanda gejala klien harga diri rendah setelah mengikuti kegiatan Millieu Therapy : Plant Therapy.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Hasil yang didapatkan yaitu adanya peningkatan harga diri klien sebelum dan sesudah dilaksanakan kegiatan Plant Therapy dengan pembentukan kelompok – kelompok kecil yang dapat dilihat dari tanda dan gejala klien yaitu klien lebih terbuka terhadap dirinya sendiri (memiliki kemampuan dalam hal berkebun) dan akan meneruskan kegiatan berkebun, klien mencoba untuk lebih menerima dirinya sendiri, klien tampak tertarik dan antusias untuk mengikuti terapi berkebun, klien tampak sudah mencoba untuk saling membantu dalam berkebun dan klien mengatakan hasil kebun akan digunakan bersama penghuni PR-PGOT lainnya.

Selain peserta yang mengalami peningkatan harga diri, pendamping yaitu pengurus/ pengelola PR-PGOT juga merasakan manfaat yaitu mempunyai lahan yang bisa digunakan untuk bercocok tanam sehingga hasil dari bercocok tanam bisa untuk dikonsumsi bersama dengan penghuni PR-PGOT dan bila hasil berlebih maka bisa diperjualbelikan dengan warga sekitar sehingga bisa menjadi pendapatan tambahan bagi penghuni PR-PGOT

b. Pembahasan

Banyaknya tekanan dan berbagai bentuk gangguan dari lingkungan modern sering kali melampaui daya tahan individu hingga menimbulkan gangguan kesehatan, stress hingga depresi yang merupakan salah satu klasifikasi dari gangguan jiwa. Taman yang didesain berupa lingkungan yang didominasi unsur tanaman, bersifat tidak kompleks dan berpola alami menjadi media terapi bagi penderita depresi (Putri, 2013). Terapi ini bertujuan untuk mengajar pasien untuk memelihara segala sesuatu/mahluk hidup, dan membantu hubungan yang akrab antara satu pribadi kepada pribadi lainnya dengan memelihara tumbuhan, mulai dari menanam dan memelihara, serta menggunakannya saat tanaman dipetik.

Terapi berkebun adalah salah satu bentuk terapi aktif. Terapi berkebun telah menjadi bagian penting dari perawatan pasien karena dapat meningkatkan kesehatan tubuh, pikiran dan semangat serta kualitas hidup. Terapi berkebun adalah terapi yang unik karena terapi ini membuat pasien berhubungan dengan makhluk hidup yaitu tumbuh - tumbuhan yang memerlukan perawatan yang tidak boleh diskriminatif (Yosep, 2011). Terapi lebih difokuskan pada pendekatan secara medis dan memerlukan kehadiran taman terapi hortikultura sebagai salah satu metode terapi baru yang bisa digunakan bagi penderita gangguan jiwa. dengan menggunakan pendekatan emosi dan psikologi (Putri, 2013). Pada tata hijau tanaman hortikultura tanaman tidak ditentukan secara khusus namun merupakan tanaman hortikultura

yaitu sayuran, buah-buahan dan tanaman hias. Tanaman hortikultura yang ditanam disesuaikan dengan kebutuhan serta musim pada saat ditanam (Zulkarnain, 2009). Terapi berkebun memberikan keuntungan bagi empat area dasar yaitu kognitif, sosial, perkembangan psikologis dan fisik (Friends Hospital, 2005)

KESIMPULAN

Kesimpulan yang didapat yaitu adanya peningkatan adanya peningkatan harga diri klien sebelum dan sesudah dilaksanakan kegiatan Plant Therapy dengan pembentukan kelompok – kelompok kecil yang dapat dilihat dari tanda dan gejala klien, peningkatan pengetahuan dan keterampilan klien dengan harga diri rendah sehingga punya kegiatan untuk mengisi waktu luang di panti, bila hasil bercocok tanam berlebih bisa diperjualbelikan dengan warga sekitar sehingga dapat dijadikan lahan enterpreneur, dan pengelola/ pengurus PR-PGOT dapat memulai untuk mengembangkan Millieu Therapy : Plant Therapy bagi klien dengan harga diri rendah.

Disarankan kepada pihak PR – PGOT membuat jadwal bagi penghuni Panti untuk mengisi kegiatan harian dan dapat dilaksanakan secara berkesinambungan terutama bagi Penghuni dengan harga diri rendah sehingga mereka mampu untuk mengembangkan diri.

UCAPAN TERIMA KASIH

1. Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada pihak STIKes Muhammadiyah Palembang dalam memfasilitasi kegiatan ini dan memberi bantuan dana kegiatan
2. Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada pihak pemerintah dan Pengurus/ Pengelola PR-PGOT dalam memfasilitasi kegiatan ini berupa mengeluarkan ijin kegiatan, mempersiapkan lahan dan mendukung dengan penuh kegiatan ini
3. Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada penghuni PR-PGOT dengan harga diri rendah yang bersedia sebagai peserta kegiatan

DAFTAR PUSTAKA

- BPS. 2012. Data Statistik Indonesia. Melalui <http://www.datastatistik-indonesia.com/portal/index.php?option=com_supas&task=&Itemid=> [12/04/2017]
- Departemen kesehatan. 1990. *Penyuluhan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Departemen
- Kozier et al. 2011. *Fundamental of Nursing : Concepts, Process and Practice*. New Jersey: Pearson Education Inc
- Lunandi, A.G. 1981. *Pendidikan Orang Dewasa*. Jakarta: Penerbit Gramedia Indonesia.



- Notoadmojo 2007. Ilmu Perilaku Kesehatan. Salemba Medika. Jakarta.
- Potter, P. A. & Perry, A.G. 2009. Fundamental Keperawatan. Buku 3 Edisi 7. Terjemahan. Diah Nurfitriani, Onny T, Farah D. Jakarta: Salemba Medika
- Profil Panti Rehabilitasi Pengemis, Gelandangan dan Orang Terlantar (PR-PGOT)
- Smeltzer, S.C & Bare, B.G. 2002. Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah, edisi 8, volume 2. EGC: Jakarta
- Maulana, DJH. 2009. Promosi Kesehatan. Jakarta : EGC
- Nursalam. 2012. Pola Hidup Sehat. Yogyakarta: Pustaka Rihama