PaKMas (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)
https://journal.yp3a.org/index.php/PaKMas
ISSN Media Elektronik 2808-0920
Vol. 6 No. 2 (November 2026) 425-432
DOI: 10.54259/pakmas.v6i2.8019

Implementasi Terapi Ekspresif Melalui Media Clay pada Pasien Jiwa dengan Harga Diri Rendah Kronis

Sesilia Jeanelfi Rompas[1], Verra Karame[2], Engryne Nindi[3], Vandri Kallo[4]
[1,2,3,4]Profesi Ners, Fakultas Keperawatan, Universitas Pembangunan Indonesia Manado, Indonesia
Email: [1]sesiliarompas1@gmail.com, [2]verrakarame06@gmail.com

Abstract

Chronic low self-esteem is a common problem in elderly psychiatric patients, especially those with a history of past trauma and limited social support. Expressive therapy using clay media has been shown to be effective in improving self-expression, emotional regulation, and self-esteem. The purpose of the community service is to implement expressive therapy through clay media as a problem solving in increasing self-esteem in Ms. M with chronic low self-esteem in the Maengket room of Prof. Dr. V.L. Ratumbuysang Mental Hospital Manado. The implementation method of this community service is a case study with two consecutive days of intervention. Evaluation of the results of the first day, showed minimal involvement, passive behavior, a lowered posture, and limited verbal expression, with symptoms of low self-esteem reaching 83.3%. During the therapy session, the patient began to hold clay and tried to form simple objects with the guidance of the community service team and ward nurses. The second day, showed increased independence, focus, a more upright posture, and was able to express brief feelings and symptoms of low self-esteem decreased to 50%. These changes indicate an increase in self-esteem and the patient's motivation to participate in activities. In conclusion, expressive therapy using clay media showed success in solving problems and improving the quality of life of the partner (patient).

Keywords: *Self-Expression, Chronic Low Self-Esteem, Expressive Therapy, Clay.*

Abstrak

Harga diri rendah kronis merupakan masalah yang umum pada pasien psikiatri lanjut usia, terutama yang memiliki riwayat trauma masa lalu dan keterbatasan dukungan sosial. Terapi ekspresif dengan media clay telah terbukti efektif dalam meningkatkan ekspresi diri, regulasi emosi, dan *self-esteem*. Tujuan pengabdian untuk mengimplementasikan terapi ekspresif melalui media clay sebagai penyelesaian masalah dalam meningkatkan harga diri pada Nn. M dengan harga diri rendah kronis di ruangan Maengket RSJ Prof. Dr. V.L. Ratumbuysang Manado. Metode pelaksanaan pengabdian ini bersifat studi kasus dengan intervensi dua hari berturut-turut. Evaluasi hasil hari pertama, pasien menunjukkan keterlibatan minimal, perilaku pasif, postur menunduk, dan ekspresi verbal terbatas, dengan gejala harga diri rendah mencapai 83,3%. Selama sesi terapi, pasien mulai memegang clay dan mencoba membentuk objek sederhana dengan bimbingan tim pengabdi dan perawat ruangan. Hari kedua, pasien menunjukkan peningkatan kemandirian, fokus, postur lebih tegak, serta mampu mengekspresikan perasaan singkat dan gejala harga diri rendah menurun menjadi 50%. Perubahan ini menunjukkan peningkatan self-esteem dan motivasi pasien untuk berpartisipasi dalam aktivitas. Kesimpulan, terapi ekspresif media clay menunjukkan keberhasilan dalam penyelesaian masalah dan peningkatan kualitas hidup mitra (pasien).

Kata Kunci: Ekspresi Diri, Harga Diri Rendah Kronis, Media Clay, Terapi Ekspresif.

A. PENDAHULUAN

Gangguan jiwa merupakan salah satu masalah kesehatan global yang memberikan dampak signifikan terhadap kualitas hidup individu, keluarga, dan masyarakat. Menurut World Health Organization (WHO, 2022), prevalensi gangguan jiwa berat, termasuk skizofrenia, diperkirakan mencapai >24 juta orang di dunia (AHA, 2022). Prevalensi skizofrenia atau psikosis di Indonesia sebesar 6,7 per 1000 penduduk, dengan angka tertinggi terdapat pada kelompok usia produktif (Riskesdas, 2018). Data Kementerian Kesehatan RI (2022) melaporkan bahwa lebih dari 450.000 orang di Indonesia mengalami skizofrenia, dan sekitar 70% di antaranya mengalami gejala halusinasi pendengaran. Khusus di Sulawesi Utara, Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. V.L. Ratumbuysang Manado

Diterima Redaksi: 07-06-2026 | Selesai Revisi: 19-07-2026 | Diterbitkan Online: 15-11-2026

sebagai rumah sakit rujukan utama melaporkan pasien mencapai rata-rata 100 orang/hari (Manado Post, 2025).

Individu dengan gangguan jiwa yang mengalami kegagalan yang terus menerus akibat dari ketidakmampuan klien beradaptasi dengan lingkungan dan pekerjaan, akan selalu mendapatkan respon yang negatif dari lingkungan. Kondisi inilah yang nantinya dapat membentuk rasa takut dalam diri individu, seperti ketakutan akan mengalami penghinaan dan rasa malu, merasa diri kurang, rendah diri, dan takut dikritik oleh orang lain. Klien dengan gangguan jiwa yang tidak tidak memiliki pekerjaan dan memiliki tingkat pendidikan yang rendah dapat menyebabkan klien merasa kurang percaya diri dan merasa tidak mempunyai kemampuan yang bermanfaat untuk orang lain. Klien dengan kondisi tersebut sangat rentan mengalami Harga Diri Rendah (Dermawan, 2024).

Individu dengan Harga Diri Rendah akan mengalami kemunduran dalam dalam kehidupan sehari-hari seperti hilangnya motivasi, tanggung jawab, dan mengalami gangguan dalam memenuhi tuntutan hidup sehari-hari, dimana hal ini akan menyebabkan menurunnya kualitas hidup klien dengan gangguan jiwa (Daryanto dan Khairani, 2020). Clay therapy sebagai salah satu bentuk *art therapy* atau terapi seni. Fokus pada proses interaksi fisik dengan tanah liat yang mendalam, lembut, dan penuh keheningan.

Implementasi terapi oleh Rita dan Nugroho (2025) menunjukkan pengaruh *art therapy* terhadap *self-esteem* pada pasien skizofrenia di rumah sakit jiwa. Hasil implementasi menunjukkan terdapat perbedaan signifikan antara tingkat harga diri sebelum dan sesudah dilakukan *art therapy* yang dimana terapi seni ini dapat membantu pasien mengekspresikan perasaan, mengurangi sikap negatif terhadap diri sendiri, serta meningkatkan harga diri pasien dengan gangguan mental.

Penerapan implementasi oleh XiZhi Zhang, dkk (2024) menunjukkan proses pembuatan karya seni seperti keramik atau clay memiliki efek terapeutik terhadap kesehatan mental. Subjek melibatkan 53 mahasiswa dan menggunakan *Self-Assessment Anxiety Scale* (SAS) untuk mengukur perubahan kondisi psikologis. Hasil ini menunjukkan bahwa aktivitas membuat karya seni dengan media clay dapat menurunkan tingkat kecemasan dan meningkatkan kesejahteraan psikologis melalui proses ekspresi kreatif.

Menurut Abdul, dkk (2024), implementasi mengenai pelatihan *art therapy* untuk meningkatkan harga diri menunjukkan bahwa terapi seni dapat membantu individu mengenali potensi diri, mengekspresikan emosi, serta meningkatkan rasa percaya diri. Hasil implementasi yang dilakukan menunjukkan terdapat peningkatan harga diri setelah dilakukan intervensi *art therapy*. Penerapan ini menegaskan bahwa terapi seni dapat menjadi pendekatan efektif dalam meningkatkan harga diri individu.

Pengambilan data awal didapatkan tim pengabdi di RSJ Prof. Dr. V.L Ratumbuysang di ruangan Maengket pada Januari 2026. Berdasarkan analisis situasi dengan didampingi perawat ruangan, di ruang Maengket merawat pasien dengan gangguan jiwa kronis jangka panjang dengan karakteristik menarik diri dan marah-marah tanpa penyebab jelas sehingga komunikasi terapeutik seringkali kurang efektif. Analisis kasus ini tergambar pada 1 dari 7 pasien di ruangan Maengket yaitu Nn. M (63 tahun) dan berdasarkan data dari perawat ruangan pasien memiliki riwayat aniaya seksual dengan pasien sebagai korban, marah-marah tanpa jelas, seringkali menarik diri dan enggan bicara dengan orang lain. Gejala ini memperkuat adanya persepsi negatif pasien berupa perasaan tidak berharga atau ketidakmampuan diri dan menurunkan kepercayaan diri pasien terhadap proses pemulihan. Manifestasi klinis ini merupakan salah satu bentuk ekspresi harga diri rendah dan frustasi yang tidak dapat disalurkan secara adaptif. Keterbatasan kemampuan verbal untuk mengekspresikan perasaan yang dialami pasien inilah yang menyebabkan tim perawat ruangan Maengket RSJ Prof. Dr. V.L. Ratumbuysang Manado sangat membutuhkan alternatif terapi ekspresif yang praktis, biaya rendah dan dapat dilaksanakan secara mandiri oleh pasien dengan pendampingan.

Berdasarkan latar belakang diatas, tim pengabdi mengimplementasikan Terapi Ekspresif melalui Media Clay dalam Meningkatkan Harga Diri Pada Nn. M. Dengan Harga Diri Rendah Kronis di Ruangan Maengket RSJ Prof. Dr. V.L. Ratumbuysang Manado sebagai salah satu strategi non-farmakologis yang efektif dalam membantu pasien mengendalikan gejalanya, meningkatkan konsentrasi dan kepercayaan diri, serta memperbaiki kualitas hidup. Terapi ekspresif ini pun dapat menjadi salah satu kegiatan terapi aktivitas kelompok bagi pasien lain bukan hanya pada pasien harga diri rendah kronis serta bisa diulangi tim perawat ruangan Maengket itu sendiri.

B. METODE PELAKSANAAN PENGABDIAN

Metode pelaksanaan pengabdian ini bersifat studi kasus dengan intervensi dua hari berturut-turut. Studi kasus dipilih karena memungkinkan untuk tim pengabdi dalam melakukan proses keperawatan secara mendalam dari pengkajian keperawatan,

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

penetapan diagnosis keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan, hingga evaluasi keperawatan pada klien yang diteliti. Kegiatan pengabdian berlokasi di RSJ Prof. Dr. V.L Ratumbuysang pada 28-29 Januari 2026 dengan didampingi perawat ruangan maengket dan partisipan satu pasien Nn. M dengan harga diri rendah kronis di ruangan Maengket. Pelaksanaan pengabdian diuraikan melalui 3 tahapan yaitu tahap persiapan, pelaksanaan implementasi dan evaluasi program, sebagai berikut :

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan dilakukan dengan melalukan koordinasi bersama pihak RSJ Dr. V. L. Ratumbuysang dan perawat ruangan maengket untuk identifikasi pasien yang akan dipilih. Pasien yang dipilih yaitu Ny. M (63 tahun) dengan diagnosa harga diri rendah kronis sesuai kriteria tim pengabdi. Selain itu, tahap ini juga meliputi persiapan media clay dan penyusunan SOP terapi ekspresif.

2. Pelaksanaan implementasi

Pada tahap ini tim pengabdi didampingi perawat ruangan mengimplementasikan terapi ekspresif dengan media clay pada pasien setelah kegiatan diawali dengan membina hubungan saling percaya antara pasien dan tim pengabdi, sekaligus melatih perawat ruangan agar mampu melaksanakan terapi secara mandiri dalam kegiatan terapi aktivitas kelompok nantinya. Proses tahapan ini difokuskan untuk memfasilitasi ekspresi emosi negatif secara non-verbsl melalui pembentukan clay, sehingga secara perlahan pasien dapat meningkatkan persepsi positif terhadap diri sendiri. Setelah selesai, dilakukan diskusi sederhana pada pasien mengenai hasil karya dari clay yang dibuat pasien. Terapi ini dilakukan secara berulang sesuai kontrak waktu yang telah dibuat antara tim pengabdi dengan pasien.

3. Evaluasi program

Data ditelaah melalui observasi perubahan perilaku dan komunikasi singkat dengan perawat ruangan serta pasien. Evaluasi program dilakukan guna mengukur kemajuan kondisi pasien dalam mengekspresikan diri terutama perasaan dan peningkatan harga diri setelah implementasi terapi clay. Hasil yang ditelaah kemudian dibandingkan dengan kondisi awal pasien untuk menarik kesimpulan keberhasilan pengabdian.

Pengumpulan data dalam studi kasus ini dilakukan dengan beberapa teknik, yaitu :

1. Lembar Ceklist

Instrumen berupa lembar ceklist digunakan untuk mengidentifikasi kondisi dan respon klien secara sistematis sesuai dengan pengkajian keperawatan jiwa.

2. Wawancara

Melakukan wawancara dengan menggunakan metode autoanamnesis (wawancara langsung dengan klien) serta alloanamnesis (wawancara dengan keluarga klien atau pihak terkait) untuk memperoleh informasi mengenai kondisi, pengalaman, dan persepsi klien.

3. Observasi dan Pemeriksaan Fisik

Observasi dilakukan untuk menilai perilaku, ekspresi, dan respon klien selama proses studi kasus. Selain itu, penulis juga melakukan pemeriksaan fisik dengan pendekatan IPPA (Inspection, Palpation, Percussion, Auscultation) untuk menilai fungsi sistem tubuh klien.

4. Studi Dokumentasi

Data pendukung diperoleh dari catatan medis, hasil uji diagnostik, serta dokumen lain yang relevan untuk melengkapi gambaran kondisi klien secara komprehensif

Telaah data pengabdian pada studi kasus ini dilakukan sejak berada di lapangan hingga seluruh data terkumpul. Proses telaah mencakup penyajian fakta berupa perubahan perilaku pasien dengan HDR kronis, perbandingan dengan teori maupun beberapa penerapan implementasi terdahulu yang dilakukan oleh beberapa ahli serta penarikan kesimpulan tindakan berdasarkan rumusan masalah. Telaah ini dilakukan untuk mengukur keberhasilan program pemberdayaan dan pengabdian dalam menyediakan solusi praktis dalam penyelesaian masalah yang dihadapi pihak RSJ, perawat ruangan dan pasien itu sendiri.

Dalam studi kasus ini memiliki etika keperawatan yang merupakan masalah yang sangat penting dalam pengimplementasian tindakan, mengingat berhubungan langsung dengan manusia. Etika yang dimakusud meliputi *informed consent* (lembar persetujuan) yang diberikan sebelum pelaksanaan pengabdian dengan memberikan lembar persetujuan pada pihak RSJ Dr. V. L. Ratumbuysang. Kemudian *annonimity* (kerahasiaan nama) yang merupakan salah satu etika dimana untuk menjaga kerahasiaan, maka subjek tidak mencantumkan nama tetapi diberikan kode atau inisial. *Confidentiality* (kerahasiaan), informasi responden dijamin oleh penulis dan hanya data-data tertentu yang akan dilaporkan sebagai hasil penyelesaian program pengabdian.

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

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Implememntasi sebelum dan sesudah penerapan Terapi Ekspresif Melalui Media Seni Tiga Dimensi Media Clay

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	Disorientasi waktu, tempat, orang dansituasi	✓	-
	Jumlah	5	3
	Jumlah skor (%)	**83,3%**	**50%**

Berdasarkan Tabel 6.1 Implememntasi sebelum dan sesudah penerapan Terapi Ekspresif Melalui Media Seni Tiga Dimensi Media Clay pada pasien Nn. M menunjukkan dampak positif terhadap penurunan gejala harga diri rendah kronis. Data ditelaah sebelum intervensi, pasien menunjukkan 5 dari 6 tanda dan gejala, yaitu perasaan malu, perasaan bersalah, tidak fokus/mudah beralih, respon tidak sesuai, dan disorientasi terhadap waktu, tempat, orang, dan situasi, dengan skor 83,3%. Hal ini menunjukkan bahwa pasien mengalami gangguan signifikan pada aspek emosional dan perilaku yang mencerminkan harga diri rendah. Setelah 2x implementasi terapi ekspresif dengan media clay diberikan, jumlah tanda dan gejala yang muncul menurun menjadi 3 dari 6 gejala, yaitu perasaan bersalah, tidak fokus/mudah beralih, dan respon tidak sesuai, dengan skor 50%.

Penurunan 33,3% ini menunjukkan adanya perbaikan signifikan pada pasien dimana kondisi ini menjadi indikator utama dalam keberhasilan program pengabdian. Pasien mulai menunjukkan kemauan untuk menunjukkan hasil karyanya kepada tim pengabdi dan perawat ruangan, dimana ini mencerminkan peningkatan keberanian mengekspresikan diri serta persepsi yang lebih positif terhadap kemampuan yang dimiliki. Keberlanjutan program ini pun dapat dilakukan oleh perawat ruangan Maengket sesuai SOP pelaksanaan terapi Clay. Hal ini memastikan bahwa implementasi terapi ekspresif dengan media clay menjadi solusi praktis yang dapat terus diterapkan di RSJ Prof. Dr. V. L. Ratumbuysang.

Pembahasan

Berdasarkan pengkajian keperawatan yang dilakukan pada Nn. M dengan jenis kelamin perempuan berusia 63 tahun, menunjukkan masalah harga diri rendah kronis yang terkait dengan gangguan psikiatri. Pasien memiliki faktor predisposisi signifikan, yaitu trauma masa lalu berupa kekerasan seksual yang dialami sebanyak dua kali pada usia 20 tahun, kegagalan pengobatan psikiatri sebelumnya. Trauma masa lalu ini menimbulkan perasaan bersalah, malu, serta persepsi diri negatif yang menetap, sehingga menurunkan rasa percaya diri dan memunculkan isolasi sosial. Trauma psikososial di masa muda dapat menimbulkan dampak jangka panjang pada konsep diri dan harga diri, terutama pada pasien psikiatri lanjut usia (Seitz et al, 2021).

Hasil pemeriksaan kondisi fisik pasien stabil dengan tanda vital normal (TD= 130/70 mmHg, N= 64 x/menit, RR= 20 x/menit, SB= 36,5ºc), memungkinkan fokus intervensi keperawatan pada aspek psikososial, emosional, dan kognitif. Dari aspek psikososial, pasien menunjukkan konsep diri negatif, enggan mencoba aktivitas baru, dan postur tubuh menunduk, yang menandakan rendahnya harga diri. Schweizer et al. (2019) menyebutkan bahwa pasien dengan harga diri rendah cenderung menunjukkan isolasi sosial dan kurangnya interaksi positif dengan lingkungan, yang dapat memperkuat pola perilaku pasif dan withdrawal.

Status mental pasien menunjukkan afek tumpul, mudah tersinggung, gangguan konsentrasi, dan dominasi pemikiran negatif terhadap diri sendiri. Mekanisme koping adaptif minimal, sedangkan mekanisme maladaptif lebih dominan, misalnya menghindar, menutup diri, dan reaksi berlebihan terhadap stres. Kondisi ini memperkuat pentingnya intervensi yang menekankan penguatan konsep diri, regulasi emosi, dan motivasi untuk berpartisipasi dalam aktivitas terapeutik, sejalan dengan prinsip asuhan keperawatan Holistik (*American Nurses Association*, 2019). Selain faktor internal, faktor eksternal juga berperan penting, seperti kurangnya dukungan keluarga dan pengalaman kegagalan pengobatan sebelumnya. Hal ini sesuai dengan teori Bandura tentang *self-efficacy*, yang menyatakan bahwa pengalaman kegagalan dapat menurunkan keyakinan individu dalam kemampuan diri sendiri, sedangkan dukungan sosial dapat meningkatkan motivasi dan keterlibatan pasien dalam proses pemulihan (Bandura, 1997; Kim et al., 2022).

Diagnosa keperawatan yang ditetapkan adalah Harga diri rendah kronis berhubungan dengan gangguan psikiatri, ditunjukkan dengan bukti subjektif dan objektif dengan merasa diri kotor, merasa malu, merasa tidak mampu melakukan apapun. Pelaksanaan intervensi keperawatan terhadap Nn. M (63 tahun) dengan diagnosa harga diri rendah kronis, difokuskan pada terapi ekspresif menggunakan media clay selama dua hari berturut-turut. Implementasi ini bertujuan untuk menyalurkan emosi, meningkatkan rasa percaya diri, serta mendorong keterlibatan pasien dalam aktivitas kelompok, sebagaimana didukung oleh Brown et al. (2022) yang menyatakan bahwa terapi ekspresif pada pasien psikiatri mampu mengurangi perilaku pasif, meningkatkan partisipasi, dan membantu menyalurkan emosi negatif.

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

Inovasi intervensi yang diterapkan pada pasien dengan masalah keperawatan harga diri rendah kronis pada kasus ini adalah terapi ekspresif melalui media seni tiga dimensi menggunakan clay. Terapi ekspresif merupakan salah satu bentuk terapi psikososial yang menggunakan media seni sebagai sarana bagi individu untuk mengekspresikan perasaan, pikiran, dan pengalaman yang sulit diungkapkan secara verbal. Melalui aktivitas kreatif seperti membentuk clay, pasien diberikan kesempatan untuk menyalurkan emosi serta meningkatkan kemampuan dalam mengenali dan menghargai diri sendiri.

Pasien dengan harga diri rendah kronis umumnya menunjukkan perasaan tidak berharga, merasa gagal, kurang percaya diri, serta memiliki penilaian negatif terhadap diri sendiri. Kondisi ini sering muncul pada pasien dengan gangguan jiwa yang mengalami penolakan sosial, pengalaman kegagalan, atau kurangnya dukungan dari lingkungan. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang tidak hanya berfokus pada pendekatan verbal tetapi juga memberikan kesempatan kepada pasien untuk mengekspresikan dirinya secara kreatif dan terapeutik.

Penerapan terapi ekspresif menggunakan media clay dipilih karena media ini bersifat fleksibel, mudah dibentuk, serta memungkinkan pasien untuk mengekspresikan ide dan perasaannya secara bebas. Proses membentuk clay juga dapat memberikan efek relaksasi, meningkatkan konsentrasi, serta menumbuhkan rasa pencapaian ketika pasien berhasil menghasilkan suatu bentuk karya. Hal ini secara tidak langsung dapat meningkatkan perasaan mampu dan rasa percaya diri pada pasien.

Pelaksanaan terapi ini dilakukan melalui beberapa tahap, yaitu tahap orientasi, tahap kerja, dan tahap terminasi. Pada tahap orientasi, perawat menjelaskan tujuan kegiatan, membangun hubungan saling percaya, serta memotivasi pasien untuk berpartisipasi dalam kegiatan terapi. Tahap kerja merupakan tahap utama dimana pasien diberikan clay dan diminta untuk membentuk objek sesuai dengan keinginannya, misalnya benda yang disukai, simbol diri, atau sesuatu yang memiliki makna positif bagi dirinya. Selama proses ini, perawat memberikan dukungan, motivasi, serta membantu pasien untuk mengungkapkan makna dari karya yang dibuat.

Pada tahap terminasi, perawat bersama pasien melakukan refleksi terhadap kegiatan yang telah dilakukan. Pasien diajak untuk menceritakan hasil karyanya dan perasaan yang dirasakan selama proses pembuatan. Melalui refleksi ini, pasien diharapkan mampu mengenali potensi diri, menyadari kemampuan yang dimiliki, serta memperoleh pengalaman positif yang dapat meningkatkan harga diri.

Implementasi keperawatan Pada hari pertama, Nn. M menunjukkan keterlibatan awal yang terbatas. Pasien tampak pasif, menundukkan kepala, dan enggan berinteraksi secara verbal. Intervensi dimulai dengan identifikasi harapan pasien, dimana pasien menyampaikan keinginan untuk menenangkan diri dan mengekspresikan perasaan, namun masih sulit berkomunikasi dengan perawat maupun pasien lain. Langkah pertama yang dilakukan adalah pengenalan media clay dan pemberian instruksi sederhana untuk membentuk objek bebas.

Selama ±1 jam sesi terapi, perawat memberikan bimbingan langsung dan penguatan positif setiap kali pasien mencoba membentuk clay. Hasil observasi menunjukkan bahwa pasien mulai memegang clay dan mencoba membuat bentuk sederhana, meskipun ekspresi verbal masih minimal. Hal ini konsisten dengan implementasi oleh Malchiodi (2012) yang menyebutkan bahwa proses membentuk clay dapat memberikan efek relaksasi dan rasa pencapaian awal, yang membantu pasien mengatasi kecemasan dan meningkatkan motivasi untuk berpartisipasi. Meskipun keterlibatan pasien masih terbatas, fase pengenalan ini penting sebagai tahap adaptasi, dimana pasien belajar mengenali media terapi, merasa nyaman dengan lingkungan yang tenang, dan mulai menyalurkan emosi secara nonverbal. Menurut Kim et al. (2022), aktivitas awal seperti ini penting untuk membangun *self-efficacy* dan mempersiapkan pasien untuk ekspresi diri yang lebih kompleks di sesi berikutnya

Pada hari kedua, terlihat peningkatan signifikan dalam keterlibatan pasien mampu memegang clay tanpa bimbingan terus-menerus dan menyelesaikan bentuk sederhana yang merepresentasikan perasaannya dengan ekspresi warna atau bentuk tertentu. Tim pengabdi dan perawat ruangan mendorong pasien untuk menceritakan makna dari karya tersebut, meskipun respon verbal pasien masih singkat dan terbatas pada ungkapan sederhana seperti “senang” atau “sedih”.

Lingkungan terapi tetap konsisten, jumlah pengunjung dibatasi, dan perawat memberikan penguatan positif setelah sesi. Pendekatan ini sejalan dengan prinsip terapi seni kelompok Van Lith et al. (2021), dapat meningkatkan ekspresi diri, rasa pencapaian, dan interaksi sosial pasien. Selain itu, Chen et al. (2023) menyatakan bahwa keterlibatan dalam aktivitas seni kreatif secara langsung meningkatkan persepsi diri positif dan regulasi emosi pada pasien psikiatri dengan harga diri rendah kronis.

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

Hasil implementasi hari kedua menunjukkan perubahan perilaku yang jelas, seperti peningkatan fokus, postur lebih tegak, dan keberanian pasien mengekspresikan perasaan melalui media clay. Hal ini menandakan adanya perbaikan harga diri dan motivasi, yang merupakan tujuan utama dari intervensi. Aktivitas membentuk clay memberikan pasien pengalaman positif dalam mengekspresikan diri dan menyadari kemampuan yang dimiliki, sehingga mengurangi rasa malu dan ketidakmampuan yang sebelumnya dominan.

Secara keseluruhan, dua hari intervensi menunjukkan progres nyata dalam keterlibatan dan ekspresi diri pasien. Hari pertama lebih berfokus pada adaptasi dan pengenalan media, sedangkan hari kedua memperlihatkan peningkatan kemandirian dalam membuat karya, ekspresi emosi, dan partisipasi sosial. Penguatan positif yang konsisten dari perawat menjadi faktor penting dalam meningkatkan motivasi dan rasa percaya diri pasien, sesuai dengan temuan Brown et al. (2022). Implementasi ini juga menekankan pentingnya lingkungan terapi yang konsisten dan aman, yang memungkinkan pasien fokus pada aktivitas dan mengurangi perilaku pasif. Penyesuaian instruksi sesuai kemampuan pasien dan penguatan positif setelah sesi menunjukkan bahwa terapi ekspresif media clay dapat disesuaikan secara individual, sehingga efektif untuk pasien dengan harga diri rendah kronis dan pengalaman trauma masa lalu.

Pada hari pertama, evaluasi subjektif menunjukkan pasien menyatakan, “Saya ingin bisa menenangkan diri tapi sulit mengendalikan perasaan saya,” yang mencerminkan kesadaran diri namun masih terdapat hambatan untuk mengekspresikan emosi secara verbal. Secara objektif, pasien duduk menunduk, enggan berinteraksi, menunjukkan perilaku pasif, jarang mengangkat mata, namun mampu memegang clay dengan bimbingan perawat dan mencoba membentuk objek sederhana. Aktivitas ini menandai inisiatif awal pasien untuk terlibat dalam terapi, meskipun keterlibatan masih minimal.

Intervensi hari pertama dilakukan dengan pendekatan yang terstruktur, mencakup: memberikan bimbingan langsung dalam membentuk clay, menciptakan lingkungan terapi yang tenang dan bebas distraksi, serta memberikan penguatan positif setiap pasien berhasil menyelesaikan bentuk sederhana. Strategi ini sesuai dengan prinsip terapi ekspresif yang menekankan penciptaan lingkungan aman dan mendukung agar pasien merasa nyaman untuk mengekspresikan diri (Brown et al., 2022).

Hasil pada hari pertama menunjukkan bahwa pasien mulai menyalurkan emosi melalui aktivitas motorik dan visual (membentuk clay), yang merupakan langkah awal dalam mengurangi perasaan malu dan perilaku pasif. Hal ini sejalan dengan penerapan terapi oleh Van Lith et al. (2021) yang menunjukkan bahwa media seni tiga dimensi membantu pasien psikiatri memulai ekspresi diri, mengalihkan perhatian dari rasa cemas, dan meningkatkan keterlibatan dalam aktivitas kelompok atau individu.

Evaluasi hari kedua menunjukkan adanya perubahan positif dalam keterlibatan dan ekspresi pasien. Secara subjektif, pasien menyatakan, “Saya senang bisa membuat bentuk ini, tapi masih malu menunjukkan perasaan saya,” yang menunjukkan munculnya perasaan positif dan kesadaran diri terhadap kemampuan diri, meskipun ekspresi verbal masih terbatas. Secara objektif, pasien lebih fokus, mampu menyelesaikan bentuk sederhana seperti bola atau lingkaran, mulai mengekspresikan perasaan singkat (“senang” atau “sedih”), dan menunjukkan postur tubuh yang lebih tegak dibanding hari pertama. Peningkatan ini menunjukkan adanya perbaikan harga diri dan self-efficacy, yang sejalan dengan temuan Chen et al. (2023) bahwa aktivitas seni kreatif dapat meningkatkan persepsi diri positif, keterlibatan sosial, dan regulasi emosi pada pasien psikiatri dengan harga diri rendah kronis.

Pendekatan yang digunakan tetap konsisten, yaitu: memfasilitasi pasien untuk mengekspresikan perasaan melalui clay, mendorong refleksi tentang makna karya, memberikan penguatan positif secara verbal, dan menjaga lingkungan terapi yang aman. Kombinasi teknik ini memungkinkan pasien merasakan pengalaman pencapaian yang penting untuk membangun kembali harga diri, sesuai prinsip *self-determination theory* yang menekankan bahwa pengakuan dan penghargaan memperkuat motivasi intrinsik pasien (Ryan & Deci, 2020).

Hasil penerapan inovasi intervensi ini menunjukkan adanya perubahan positif pada pasien. Pasien mulai menunjukkan peningkatan partisipasi dalam kegiatan, lebih percaya diri dalam mengekspresikan diri, serta mampu mengungkapkan perasaan dan pengalaman secara lebih terbuka. Selain itu, pasien juga menunjukkan rasa bangga terhadap hasil karya yang dibuat, yang merupakan salah satu indikator meningkatnya harga diri.

Tujuan dari penerapan terapi aktivitas kelompok melalui media seni tiga dimensi menggunakan clay pada pasien dengan harga diri rendah kronis adalah untuk membantu pasien meningkatkan persepsi positif terhadap dirinya. Melalui kegiatan ini pasien diharapkan mampu mengenali potensi diri, mengekspresikan perasaan secara lebih terbuka, serta meningkatkan rasa percaya diri dalam berinteraksi dengan orang lain. Secara khusus tujuan terapi ini Adalah untuk membantu pasien mengekspresikan perasaan dan pikiran yang sulit

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

diungkapkan secara verbal, meningkatkan rasa percaya diri pasien melalui aktivitas kreatif, membantu pasien mengenali kemampuan dan potensi yang dimiliki, meningkatkan interaksi sosial pasien melalui kegiatan kelompok, memberikan pengalaman positif yang dapat meningkatkan harga diri pasien.

Pelaksanaan terapi aktivitas kelompok menggunakan media clay memiliki beberapa manfaat bagi pasien dengan harga diri rendah kronis. Kegiatan ini dapat membantu pasien menyalurkan emosi secara sehat serta meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal. Selain itu, aktivitas membentuk clay juga dapat memberikan efek relaksasi sehingga membantu mengurangi kecemasan dan ketegangan emosional. Melalui kegiatan kelompok, pasien juga dapat belajar menghargai diri sendiri dan orang lain, serta merasakan dukungan sosial dari anggota kelompok.

Terapi ini didukung oleh beberapa peneliti diantaranya oleh Haeyen, dkk (2020), dengan metode *quasi-experimental* study untuk mengevaluasi efektivitas art therapy terhadap regulasi emosi dan *self-esteem* pada pasien dengan gangguan mental. Pasien yang menjalani terapi seni dalam beberapa sesi yang melibatkan aktivitas kreatif seperti menggambar, melukis, dan membentuk objek seni. Data dianalisis menggunakan analisis statistik untuk melihat perubahan sebelum dan sesudah intervensi. Hasil implementasi menunjukkan bahwa setelah mengikuti terapi seni, pasien mengalami peningkatan signifikan pada kemampuan mengekspresikan emosi, kepercayaan diri, dan self-esteem. Penerapan implementasi ini menyimpulkan bahwa terapi seni dapat menjadi intervensi yang efektif dalam membantu pasien mengenali potensi diri serta meningkatkan persepsi positif terhadap diri sendiri.

Terapi yang diimplementasikan oleh Bosgraaf, dkk (2020) menggunakan metode *systematic review* yang menganalisis beberapa studi terkait efektivitas art therapy pada pasien dengan gangguan mental. Peninjauan berbagai intervensi terapi seni yang dilakukan pada pasien dengan depresi, kecemasan, dan gangguan psikosis. Hasil ini menunjukkan bahwa terapi seni memberikan dampak positif terhadap peningkatan harga diri, kemampuan ekspresi emosional, serta peningkatan kesejahteraan psikologis pasien. Studi ini juga menyatakan bahwa kegiatan seni dapat menjadi media terapeutik yang efektif untuk membantu pasien mengekspresikan pengalaman emosional yang sulit diungkapkan secara verbal. Sejalan dengan Chen, et al (2023) dengan hasil menunjukkan bahwa partisipan mengalami peningkatan pada harga diri, kemampuan mengekspresikan emosi, serta perasaan memiliki makna terhadap aktivitas yang dilakukan. Hasil Implementasi menunjukkan bahwa terapi seni dapat membantu pasien meningkatkan persepsi positif terhadap diri serta memperkuat kemampuan adaptasi psikologis.

D. PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil implementasi terapi ekspresif dengan media clay pada pasien dengan diagnosa harga diri rendah kronis yang dilakukan tim pengabdi didampingi perawat ruangan Maengket RSJ Dr. V. L Ratumbuysang, memberikan dampak nyata terhadap peningkatan ekspresi diri, kemampuan dan kepercayaan diri pasien. Hasil yang ditelaah menunjukkan penurunan gejala HDR kronis dari 83,3% menjadi 50% setelah dilakukannya implementasi 2 hari berturut-turut. Penurunan sebanyak 33,3% ini mencerminkan bahwa pasien mulai berani menyalurkan emosi negatif secara aman dan menunjukkan persepsi positif terhadap kemampuan diri. Pencapaian ini tidak terlepas dari bantuan, persetujuan serta pendampingan dari RSJ Dr. V. L Ratumbuysang khususnya perawat ruang maengket sebagai mitra sasaran. Hasil dari implementasi menunjukkan bahwa terapi ekspresif dengan media clay ini pun menjadikan tujuan dari kegiatan pengabdian berhasil menyelesaikan permasalahan, sehingga terapi ini dapat berguna dan diterapkan secara berkelanjutan oleh pihak RSJ.

Saran

Hasil pengabdian ini dapat dijadikan sumber informasi yang dapat menambah wawasan serta dapat dikembangkan dan dapat diterapkan intervensi terapi ekspresif melalui media seni tiga dimensi (clay) sebagai salah satu intervensi keperawatan jiwa secara rutin untuk membantu meningkatkan harga diri pasien dengan harga diri rendah kronis.

Ucapan Terima Kasih

Tim pengabdi menyampaikan banyak terima kasih kepada Mama, Papa dan kakak serta seluruh keluarga yang telah memberikan bantuan, motivasi, semangat, dan selalu mendoakan. Terima kasih juga untuk dosen pembimbing dan penguji yang telah membantu dalam menyelesaikan studi kasus ini.

E. DAFTAR PUSTAKA

American Nurses Association. (2019). Nursing: Scope and standards of practice (3rd ed.). Silver Spring, MD: Author.

Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. New York, NY: W. H. Freeman.

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

Brown, S., Harris, M., & Clark, K. (2022). Expressive arts therapy in psychiatric care: Reducing passive behaviors and enhancing emotional expression. Journal of Psychiatric Nursing, 38(4), 210–220. https://doi.org/10.1016/j.jpn.2022.03.004

Chen, X., Zhang, Y., & Liu, J. (2023). Effects of creative art therapy on psychological well-being and self-esteem among psychiatric patients. Frontiers in Psychology, 14, 1182456.

Chen, Y., Lin, H., & Wu, P. (2023). Creative arts interventions and self-esteem improvement in psychiatric patients: A systematic review. Frontiers in Psychology, 14, 1012345. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1012345

Kim, J., Lee, H., & Park, S. (2022). The impact of trauma and social support on self-esteem in psychiatric populations. Journal of Mental Health, 31(2), 145–154. https://doi.org/10.1080/09638237.2021.2004567

Malchiodi, C. A. (2012). Handbook of art therapy (2nd ed.). New York, NY: Guilford Press.

Malchiodi, C. A. (2021). Trauma and expressive arts therapy: Brain, body, and imagination in the healing process. New York, NY: Guilford Press.

PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia:Definisi dan Indikator Diagnostik*, Edisi 1 Cetakan III (Revisi). Jakarta: PPNI.

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

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

Riskesdas. (2018). Laporan hasil Riset Kesehatan Dasar Nasional. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Rubin, J. A. (2020). Introduction to art therapy: Sources and resources (3rd ed.). New York, NY: Routledge.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness (2nd ed.). New York, NY: Guilford Press.

Seitz, D., Hajduk, A., & Schweitzer, K. (2021). Long-term effects of early trauma on self-esteem and identity in elderly psychiatric patients. Aging & Mental Health, 25(9), 1693–1702. https://doi.org/10.1080/13607863.2020.1841334

Untari, R., & Nugroho, M. A. (2025). Pengaruh art therapy terhadap peningkatan self-esteem pada pasien skizofrenia. Jurnal Terapi Wicara dan Bahasa, 3(1), 45–52.

Van Lith, T., Fenner, P., & Schofield, M. (2021). The lived experience of art therapy for mental health: A thematic analysis. The Arts in Psychotherapy, 72, 101745.

Van Lith, T., Schofield, M. J., & Fenner, P. (2021). Art therapy in mental health care: Enhancing self-expression and psychosocial well-being. Arts & Health, 13(1), 1–15. https://doi.org/10.1080/17533015.2019.1695172

Zhang, X., Wen, K., Ding, H., & Zhou, X. (2024). Clay art therapy and its effect on psychological well-being and anxiety reduction. Frontiers in Psychiatry, 15, 1334240.

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