

IMPLEMENTATION OF ACTIVITY THERAPY: GARDENING TO IMPROVE SELF-ESTEEM AT WISMA NAKULA GRHASIA MENTAL HOSPITAL

*Zahra Ekawati Handayani¹, Sarka Ade Susana², Wittin Khairani³
Nursing Department Yogyakarta Ministry Health Politechnic
Jl. Tatabumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293
Email: zahraeh123@gmail.com*

ABSTRACT

Background: Low self-esteem is a negative symptom commonly found in patients with schizophrenia, characterized by feelings of worthlessness, lack of self-confidence, and negative self-evaluation. Gardening activity therapy can be used as a non-pharmacological intervention to improve patients' self-esteem.

Objective: This case study aimed to determine the implementation of gardening activity therapy in improving self-esteem among patients with chronic low self-esteem at Wisma Nakula, Grhasia Mental Hospital.

Methods: This study used a descriptive case study design involving two patients with chronic low self-esteem at Nakula Room, RSJ Grhasia, in April 2026. Data were collected through interviews, observation, and medical record documentation. The horticultural therapy intervention was carried out in three sessions each lasting 30 minutes.

Results: The results showed that after participating in gardening activity therapy for three sessions, both patients experienced improved self-esteem, as indicated by reduced negative thoughts, improved eye contact, increased willingness to interact with others, and greater self-confidence in performing daily activities more independently and effectively.

Conclusion: Gardening activity therapy is effective in improving self-esteem among patients with chronic low self-esteem through the enhancement of positive abilities, self-confidence, and social interaction.

Keywords: horticultural therapy; low self-esteem; schizophrenia

¹ D-III Nursing Student of Yogyakarta Ministry Health Politechnic

² Lecturer Nursing Department of Yogyakarta Ministry Health Politechnic

³ Lecturer Nursing Department of Yogyakarta Ministry Health Politechnic

PENERAPAN TERAPI AKTIVITAS: BERKEBUN UNTUK MENINGKATKAN HARGA DIRI DI WISMA NAKULA RSJ GRHASIA

Zahra Ekawati Handayani¹, Sarka Ade Susana², Wittin Khairani³
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tatabumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293
Email: zahraeh123@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Harga diri rendah merupakan gejala negatif yang sering ditemukan pada pasien skizofrenia, ditandai dengan perasaan tidak berharga, kurang percaya diri, dan penilaian negatif terhadap diri sendiri. Terapi aktivitas berkebun dapat menjadi salah satu intervensi nonfarmakologis untuk meningkatkan harga diri pasien.

Tujuan: Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui penerapan terapi aktivitas berkebun dalam meningkatkan harga diri pada pasien dengan harga diri rendah kronis di Wisma Nakula RSJ Grhasia.

Metode: Studi kasus ini menggunakan metode deskriptif pada dua pasien dengan harga diri rendah kronis di Wisma Nakula RSJ Grhasia bulan April 2026. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi rekam medis. Intervensi terapi aktivitas berkebun dilakukan selama tiga kali pertemuan selama 30 menit.

Hasil: Hasil studi kasus menunjukkan bahwa setelah diberikan terapi aktivitas berkebun selama tiga kali pertemuan, kedua pasien mengalami peningkatan harga diri, ditandai dengan berkurangnya pikiran negatif, meningkatnya kontak mata, keberanian berinteraksi, serta rasa mampu dan percaya diri dalam menjalankan aktivitas sehari-hari secara lebih mandiri dan optimal.

Kesimpulan: Terapi aktivitas berkebun efektif meningkatkan harga diri pada pasien dengan harga diri rendah kronis melalui peningkatan kemampuan positif, kepercayaan diri, dan interaksi sosial.

Kata Kunci: harga diri rendah; skizofrenia; terapi aktivitas berkebun

¹ Mahasiswa D-III Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

² Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

³ Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta