
PENERAPAN TERAPI HORTIKULTURA UNTUK MENINGKATKAN *SELF EFFICACY* PADA PASIEN DENGAN GANGGUAN JIWA AKIBAT DEPRESI DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS PLERED

Oleh

Yuli Erlina¹, Dina Hartini², Shinta³

^{1,2,3}AKPER RS Efarina Purwakarta

Email: ¹yulierlina554@gmail.com, ²dina.akperrsefarina@gmail.com

Article History:

Received: 28-08-2023

Revised: 18-09-2023

Accepted: 24-09-2023

Keywords:

Horticultural Therapy, Self Efficacy

Abstract: *Depression is a type of emotional disorder that has a psychological component: feelings of sadness, hopelessness, and unhappiness, as well as a somatic component: anorexia, constipation, clammy (cold) skin, decreased blood pressure and pulse. Patients with mental disorders due to depression can interfere with a person's self-confidence to solve problems or decrease self-efficacy, in increasing the value of self-efficacy, one of which is by providing horticultural therapy. The purpose of this case study was to analyze the value of self-efficacy in patients after horticultural therapy at the UPTD Puskesmas Plered Karawang. This type of research is descriptive using a case study approach. The subject in this study was one patient with mental disorders due to depression with criteria that had started to be cooperative, the contents of the conversation can be understood clearly, do not experience visual disturbances, like gardening, and have never received horticultural therapy before. Self efficacy analysis was carried out descriptively and measured based on the GSES (General Self Efficacy Scale). The results of the analysis are categorized into disagree, somewhat agree, almost agree, strongly agree. Categories are determined based on the minimum criteria of 30 points, higher scores indicate higher self-efficacy. The results of the study showed that there was an increase in the value of self-efficacy after giving horticultural therapy*

PENDAHULUAN

Gangguan jiwa adalah gangguan fungsi mental, yang meliputi emosi, pikiran, perilaku, motivasi, kepribadian dan pemahaman yang menyebabkan penurunan semua fungsi mental, terutama minat dan motivasi, sehingga menghambat seseorang dalam proses hidup di lingkungan masyarakat (Rian et al., 2023). Gangguan jiwa adalah gangguan kesehatan dengan manifestasi psikologis atau perilaku yang berkaitan dengan pikiran negatif dan disfungsi, yang diakibatkan oleh faktor biologi, sosial, psikologis, genetik, fisik, dan kimiawi (Widyo et al., 2020).

Depresi adalah jenis gangguan emosional yang memiliki komponen psikologis: perasaan sedih, depresi, sedih, putus asa, dan tidak bahagia, serta komponen somatik: anoreksia, konstipasi, kulit lembab (dingin), penurunan tekanan darah dan denyut nadi. Depresi merupakan salah satu jenis gangguan jiwa pada alam perasaan (afektif, mood) (Iyus & Titin 2014).

Menurut data yang diperoleh dari WHO (2020), menunjukkan bahwa di antara penduduk dunia, 25% orang menderita gangguan jiwa, dan angka ini jauh lebih tinggi dan 1% merupakan penyakit jiwa berat. Indonesia merupakan negara dengan angka gangguan jiwa yang tinggi dengan total 250.000.000 orang dewasa, kemudian 15.000.000 atau sekitar 6,0% penderita gangguan jiwa (Rian et al., 2023). Prevalensi keluarga yang anggota

keluarganya mengalami gangguan jiwa di Indonesia sebanyak 7,0 per mil (Risksedas, 2018).

Berdasarkan uraian di atas, tumbuhan dapat dijadikan sebagai jenis pengobatan lain yang tepat untuk meningkatkan *self-efficacy* pada pasien depresi dengan gangguan jiwa. Peneliti ingin mempromosikan topik berkebun sebagai terapi yang dapat digunakan pada orang yang menderita penyakit mental dan depresi. Tujuannya untuk meningkatkan *self-efficacy* pada pasien gangguan jiwa akibat depresi yang tinggal di wilayah kerja UPTD Puskesmas Plered dengan terapi hortikultura. Penerapan tanaman harus menjadi salah satu jenis metode intervensi untuk meningkatkan kesehatan mental pasien yang menderita depresi.

Berdasarkan dari penjelasan-penjelasan di atas, maka penulis tertarik untuk membuat penelitian dengan judul “Penerapan Terapi Hortikultura Untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Pada Pasien Dengan Gangguan Jiwa Akibat Depresi Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Plered” .

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah *one-group pretest-posttest design*. Desain ini dilakukan pengukuran terhadap *self-effiacy* pada pasien gangguan jiwa akibat depresi di wilayah kerja UPTD puskesmas Plered dengan menggunakan alat ukur berupa kuesioner yang mengukur variabel *self-effiacy*. Setelah responden diberikan intervensi berupa terapi hortikultura maka dilakukan pengukuran kembali terhadap *self-effiacy* pada responden dengan menggunakan alat ukur yang sama.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner, kertas, pensil, penghapus dan pulpen. Dalam penelitian ini, kuesioner yang digunakan adalah *General Self-efficacy Scale* (GSES) milik Schwarzer (1995) yang telah diterjemahkan ke Bahasa Indonesia. Alat ukur GSES disarankan untuk digunakan pada individu yang telah memasuki tahapan dewasa. Alat ukur GSES digunakan untuk melihat kemampuan pemecahan masalah, motivasi dalam melaksanakan tujuan, keyakinan dalam menjalankan tugas yang sulit, memiliki tujuan serta keyakinan untuk dapat kembali ketika mengalami kegagalan. Pengumpulan data pada penelitian kualitatif umumnya dikumpulkan dengan cara observasi dan wawancara. Hasil pengumpulan data dapat berupa transkrip wawancara, hasil observasi, catatan lapangan, dokumen, video, hasil korespondensi melalui email, website, dan fotografi (Saldana, 2009 dalam Iin & Sofie

2021). Metode pengumpulan data yang sering dilakukan pada penelitian kualitatif keperawatan yaitu Wawancara.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan tahapan proses keperawatan, maka langkah pertama yang harus dilakukan pada pasien depresi adalah pengkajian. Dalam studi kasus ini pengkajian awal yang dilakukan berfokus pada *nilai self efficacy*. Diketahui bahwa saat pengkajian awal terhadap nilai *self efficacy* dapat dilihat pada tabel 4.1.

Tabel 1 Hasil penelitian nilai *self efficacy* sebelum dilakukan terapi hortikultura

	Tidak setuju	Agak setuju	Hampir setuju	Sangat setuju
1. Saya selalu dapat memecahkan masalah yang sulit jika saya berusaha cukup keras		2		
2. Jika seseorang menentang saya, saya dapat menemukan sarana dan cara untuk mendapatkan apa yang saya inginkan			3	
3. Mudah bagi saya untuk tetap pada tujuan saya dan mencapai tujuan saya	1			
4. Saya yakin bahwa saya dapat mengatasi kejadian yang tidak terduga secara efisien	1			
5. Berkat akal saya, saya tahu bagaimana menangani situasi yang tidak terduga		2		
6. Saya dapat menyelesaikan sebagian besar masalah jika saya menginvestasikan upaya yang diperlukan			3	
7. Saya dapat tetap tenang menghadapi kesulitan karena saya dapat mengandalkan kemampuan koping saya		2		
8. Ketika saya dihadapkan pada suatu masalah, saya biasanya dapat menemukan beberapa solusi			3	
9. Jika saya dalam masalah, saya biasanya dapat memikirkan solusinya		2		
10. Saya biasanya dapat menangani apapun yang saya hadapi	1			
Total :		20		

Berdasarkan tabel 1 didapatkan nilai *self efficacy* awal terkait masalah gangguan jiwa akibat depresi dalam diri pasien, dilakukan intervensi keperawatan dengan menggunakan terapi hortikultura.

a. Hasil evaluasi sesudah dilakukan intervensi keperawatan terapi hortikultura

Berdasarkan penelitian, diketahui bahwa sesudah dilakukan intervensi keperawatan dengan menggunakan terapi hortikultura, maka nilai *self efficacy* mengalami peningkatan seperti tabel 4.2

Tabel 2 Hasil penelitian nilai *self efficacy* sesudah dilakukan terapi hortikultura

	Tidak setuju	Agak setuju	Hampir setuju	Sangat setuju
1. Saya selalu dapat memecahkan masalah yang sulit jika saya berusaha cukup keras			3	
2. Jika seseorang menentang saya, saya dapat menemukan sarana dan cara untuk mendapatkan apa yang saya inginkan			3	
3. Mudah bagi saya untuk tetap pada tujuan saya dan mencapai tujuan saya	1			
4. Saya yakin bahwa saya dapat mengatasi kejadian yang tidak terduga secara efisien		2		
5. Berkat akal saya, saya tahu bagaimana menangani situasi yang tidak terduga		2		
6. Saya dapat menyelesaikan sebagian besar masalah jika saya menginvestasikan upaya yang diperlukan			3	
7. Saya dapat tetap tenang menghadapi kesulitan karena saya dapat mengandalkan kemampuan koping saya		2		
8. Ketika saya dihadapkan pada suatu masalah, saya biasanya dapat menemukan beberapa solusi			3	

9. Jika saya dalam masalah, saya biasanya dapat memikirkan solusinya			3	
10.Saya biasanya dapat menangani apapun yang saya hadapi			3	
Total :	25			

Selanjutnya untuk memperjelas perbedaan kemampuan subyek setelah pemberian terapi hortikultura dapat di gambarkan pada diagram 4.3.

Tabel 3. Perbedaan nilai Self Efficacy sebelum dan sesudah Terapi Hortikultura

variabel	nilai	Mean	SD	%
Sebelum	20	4	21,2	77

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa hasil penelitian nilai *self efficacy* sesudah dilakukan intervensi dapat meningkatkan nilai *self efficacy* yang dilakukan dalam waktu 1 minggu dengan kategori hasil nilai sebelum dilakukan yaitu 20 (77%). Adapun setelah dilakukan terapi hortikultura didapatkan hasil 25 (83%), dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan setelah dilakukan intervensi keperawatan terapi hortikultura pada pasien dengan gangguan jiwa akibat depresi.

Pembahasan

Dari hasil penelitian tentang peningkatan nilai *self efficacy* pada pasien depresi diperoleh hasil adanya peningkatan nilai *self efficacy* pada pasien depresi antara sebelum dan sesudah dilakukan terapi hortikultura. Sebelum dilakukan intervensi keperawatan dengan terapi hortikultura selama 1 minggu kategori hasil yang didapatkan pada pertemuan sebelum dilakukan terapi hortikultura memiliki nilai *self efficacy* 20 (77%). Setelah dilakukan penelitian selama 1 minggu dan sudah diterapkan terapi hortikultura terdapat peningkatan nilai *self efficacy* dengan kategori hasil 25 (83%).

Hal ini sesuai dengan teori yang diungkapkan yaitu *self-efficacy* adalah penilaian seseorang tentang kemampuannya sendiri untuk menjalankan perilaku tertentu atau mencapai tujuan tertentu (Omrod, 2008, hlm. 20) (dalam Amalia, Siti 2019). Di samping itu, Baron dan Byrne (dalam Amalia, Siti 2019) mendefinisikan *self-efficacy* sebagai evaluasi seseorang

mengenai kemampuan atau kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai suatu tujuan, dan mengatasi hambatan.

Kondisi ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Aris Nugraha S. *et al* (2020) di panti werdha. Penelitian ini menggunakan metode *one group pretest-posttest design*, desain ini dilakukan pengukuran terhadap *self efficacy* dengan menggunakan alat ukur berupa kuisisioner yang mengukur *variable self efficacy*. Setelah partisipan diberikan intervensi berupa terapi hortikultura maka dilakukan pengukuran kembali terhadap *self efficacy* dengan alat ukur yang sama. Dalam penelitian ini, kuisisioner yang digunakan adalah *general self sefficacy scale (GSES)* milik Schwarzer dan Matthias Jerusalem pada tahun 1995 yang telah diadaptasi kedalam bahasa Indonesia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya peningkatan *self efficacy*.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diperkuat dengan hasil

penelitian terdahulu dan hal ini sesuai dengan teori yang menunjukkan bahwa terapi hortikultura dapat meningkatkan nilai *self efficacy* pada pasien dengan masalah gangguan jiwa akibat depresi.

KESIMPULAN

Gangguan jiwa adalah gangguan kesehatan dengan manifestasi psikologis atau perilaku yang berkaitan dengan pikiran negatif dan disfungsi, yang diakibatkan oleh faktor biologi, sosial, psikologis, genetik, fisik, dan kimiawi (Widyo et al., 2020).

Depresi adalah jenis gangguan emosional yang memiliki komponen psikologis: perasaan sedih, depresi, sedih, putus asa, dan tidak bahagia, serta komponen somatik: anoreksia, konstipasi, kulit lembab (dingin), penurunan tekanan darah dan denyut nadi. Depresi merupakan salah satu jenis gangguan jiwa pada alam perasaan (afektif, mood) (Iyus & Titin 2014).

Self-efficacy adalah penilaian seseorang tentang kemampuannya sendiri untuk menjalankan perilaku tertentu atau mencapai tujuan tertentu (Ormrod, 2008, hlm. 20) (dalam Amalia, Siti 2019). Menurut Septia, Eka (2022) Terapi hortikultura merupakan salah satu metode yang digunakan dalam proses keperawatan jiwa pasien atau klien gangguan jiwa. Terapi ini bertujuan untuk mengubah perilaku klien dari maladaptif menjadi adaptif.

Desain penelitian yang digunakan adalah *one-group pretest-posttest design*. Desain ini dilakukan pengukuran terhadap *self-efficacy* pada pasien gangguan jiwa akibat depresi di wilayah kerja UPTD puskesmas Plered dengan menggunakan alat ukur berupa kuesioner yang mengukur variabel *self-efficacy*. Setelah responden diberikan intervensi berupa terapi

Hortikultura maka dilakukan pengukuran kembali terhadap *self-efficacy* pada responden dengan menggunakan alat ukur yang sama.

Dari hasil penelitian tentang peningkatan nilai *self efficacy* pada pasien depresi diperoleh hasil adanya peningkatan nilai *self efficacy* pada pasien depresi antara sebelum dan sesudah dilakukan terapi hortikultura. Sebelum dilakukan intervensi keperawatan dengan terapi hortikultura selama 1 minggu kategori hasil yang didapatkan pada pertemuan sebelum dilakukan terapi hortikultura memiliki nilai *self efficacy* 20 (77%). Setelah dilakukan penelitian selama 1 minggu dan sudah diterapkan terapi hortikultura terdapat peningkatan nilai *self efficacy* dengan kategori hasil 25 (83%).

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Amalia, Siti. (2019). "Hubungan Kecemasan dan Self Efficacy Terhadap Hasil Belajar Kimia Siswa". Skripsi. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. Jakarta.
- [2] Aris, N., et, al. (2018). "PENERAPAN HORTIKULTURA TERAPI UNTUK MENINGKATKAN SELF-EFFICACY PADA LANSIA". Jurnal Muara Ilmu
- [3] Sosial, Humaniora, dan Seni, 1 (2) 399-405.
- [4] <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v1i2.928>.
- [5] Bandura, A., & Shuck, D. H. (1981). Cultivating competence, self-efficacy, and intrinsic interest through proximal self-motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*,

- 41(3), 586-598.
- [6] Gulczyńska, A. (2020). Horticultural Therapy and Gardening – Comparison of Dimensions. *Studia Edukacyjne*, 46, 347–356. <https://doi.org/10.14746/se.2017.46.22>.
- [7] Habibullah, Miftahuddin. (2018). Pengaruh Terapi Modalitas Berkebun Terhadap Kualitas Hidup Lansia Hipertensi Di Posyandu Desa Pelem Kecamatan Karangrejo Kabupaten Magetan. Skripsi. Stikes Bhakti Husada Mulia. Madiun.
- [8] Joschko, L. (2020). Horticultural Therapy for the Treatment of Aphasia. *Alternative And Complementary Therapy*, 25(4), 1–8. <https://www.researchgate.net/publication/341029305>
- [9] Kartika, Iin Ira. & Handajany, Sofie. (2021). “Penelitian Studi Kasus bagi Mahasiswa Keperawatan”. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- [10] Kim, K. h., & Park, S. A. (2018) Horticultural Therapy Proram for Middle-Aged Woman’s Depression, Anxiety, and Self-Identify. *Complementary Therapies in Medicine*, 39, 154-159. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2018.06.008>
- [11] Kemenkes, R.I. (2018) Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). “Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018”. http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil%20Riskesdas%202018.pdf
- [12] Nadeem, S. (2019). Horticultural Therapy in Pakistan. *Acta Scientific Agriculture*, 3(7), 100–101. <https://doi.org/10.31080/asag.2019.03.0524>
- [13] Rian, T., et, al. (2023). “Inovasi Terapi Aktivitas Kelompok Berdzikir dan Musik Instrumen Spiritual sebagai Upaya Penurunan Tingkat Halusinasi Persepsi Sensori di Rumah Sakit Jiwa Sambang Lihum”. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia (JAMSI)*, 3 (1) 271-278. <https://doi.org/10.54082/jamsi.641>
- [14] Septia, Eka. (2022). “Konseling Sosial Dengan Terapi Hortikultura Bagi Orang Dengan Gangguan Jiwa Akibat Penyalahgunaan Napza Di Yayasan Sinar Jati Lampung”. Skripsi. Universitas Islam Negeri Raden Intan. Lampung.
- [15] Sri, E., et, al. (2020). “GANGGUAN MENTAL EMOSIONAL DAN DEPRESI PADA REMAJA”. *Healthcare Nursing Journal*. 4 (2) 429-434. <https://journal.untas.ac.id/index.php/healthcare>
- [17] Siyoto, Sandu & Ali Sodik, M. (2015). “Dasar Metodologi Penelitian”. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- [18] Shofiah, V., & Raudatussalamah. (2014). Self-efficacy dan Self- regulation sebagai unsur penting karakter. *Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan*, 17(2), 214-229.
- [20] Widyo, S., Dyah, W., & Mukhadiono. (2020) “Peningkatan Kemampuan Keterampilan Sosial Pasien Gangguan Jiwa Di Masyarakat Dengan Terapi Hortikultura”. *Jurnal Keperawatan Silampari*. 4 (1) 2597-7482. <https://doi.org/10.31539/jks.v4i1.1300>
- [21] World Health Organization. (2020). Mental Disorders Affect One in Four People. Diakses pada : 11 Maret 2023 [internet]. Terdapat di <https://www.who.int/home/search?indexCatalogue=genericsearchindex1&searchQuery=Mental%20Disorders%20Affect%20One%20In%20Four%20People&wordsMode=AnyWord>
- [22] Yosep, Iyus. & Sutini, Titin. (2014). “Buku Ajar Keperawatan Jiwa”. Bandung : PT Refika Aditama

HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN