

Gambaran Kepercayaan Diri pada Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ)

Aliya Triliani¹, Jumaini², Veny Elita³

Universitas Riau, Indonesia

aliya.triliani6851@student.unri.ac.id¹**Kata Kunci:**

Kepercayaan Diri,
Orang dengan
Gangguan Jiwa
(ODGJ), Deskripsi.

Abstrak

Orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) sering kali menghadapi stigma dari masyarakat, yang dapat menurunkan kepercayaan diri mereka. Hal ini membuat mereka cenderung menghindari pertemuan dengan orang lain, merasa malu dengan kondisi diri mereka saat ini, dan enggan berinteraksi dengan lingkungan sekitar. ODGJ diharapkan dapat memiliki kepercayaan diri dalam masyarakat, menjadi produktif, serta mandiri melalui upaya pemberdayaan masyarakat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kepercayaan diri pada orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) yang meliputi yakin pada kemampuan, optimis, objektif, bertanggung jawab, dan rasional & realistis. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif. Jumlah sampel sebanyak 90 responden pasien gangguan jiwa yang diambil menggunakan teknik purposive sampling. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner kepercayaan diri yang telah di uji validitas dan reliabilitas. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat. Jumlah responden dengan percaya diri sebanyak 42 responden (46.7%) dan tidak percaya diri sebanyak 48 responden (53.3%). Berdasarkan komponen kepercayaan diri responden yang tidak yakin pada kemampuan sebanyak 57 responden (63.3%), tidak optimis sebanyak 62 responden (68.9%), tidak objektif sebanyak 68 responden (75.6%), tidak bertanggung jawab sebanyak 64 responden (71.1%), dan responden dengan rasional dan realistis sebanyak 56 responden (62.2%). Kepercayaan diri pada ODGJ akan membantu untuk mampu berfungsi secara sosial dan emosional, yang berkontribusi pada pemulihan dan integrasi mereka dalam masyarakat.

Abstract

People with mental disorders (ODGJ) often face stigma from society, which can lower their self-confidence. This makes them tend to avoid meeting other people, feel ashamed of their current condition, and are reluctant to interact with their surroundings. ODGJ are expected to have self-confidence in society, be productive, and independent through community empowerment efforts. This study aims to determine the description of self-confidence in people with mental disorders (ODGJ) which includes being confident in their abilities, optimistic, objective, responsible, and rational & realistic. This study used a descriptive research design. The number of samples was 90 respondents of mental disorder patients taken using purposive sampling techniques. The measuring instrument used was a self-confidence questionnaire that had been tested for validity and reliability. The analysis used was univariate analysis. The number of respondents with self-confidence was 42 respondents (46.7%) and not confident was 48 respondents (53.3%). Based on the component of self-confidence, respondents who are not confident in their abilities are 57 respondents (63.3%), not optimistic are 62 respondents (68.9%), not objective are 68 respondents (75.6%), not responsible are 64 respondents (71.1%), and respondents with rational and realistic are 56 respondents (62.2%). Self-confidence in ODGJ will help to be able to function socially and emotionally, which contributes to their recovery and integration in society.

Key Word:

Self-Concept,
People With Mental
Disorders (ODGJ),
Description.

Copyright © 2024 Aliya Triliani, Jumaini, Veny Elita

This work is licensed under an **Attribution-ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA 4.0)**

PENDAHULUAN

Orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) diharapkan dapat memperoleh kepercayaan diri dalam masyarakat, menjadi produktif, serta mandiri melalui upaya pemberdayaan masyarakat. Selain itu, upaya pemberdayaan masyarakat bertujuan untuk mengurangi malu, rasa takut, diskriminasi, stigma, serta keraguan yang sering dialami oleh individu dengan gangguan jiwa (Sulastri et al., 2020). Penanganan masalah kesehatan jiwa ini sangat dipengaruhi oleh partisipasi lingkungan sekitarnya, keluarga, dan masyarakat (Sari & Daryanto, 2021).

Masyarakat sering kali melakukan penanganan yang tidak tepat terhadap odgj karena ketidaktahuan mengenai kesehatan mental dan kurangnya edukasi. Hal ini menyebabkan bahwa pandangan masyarakat terhadap odgj dapat mencakup diskriminasi, stereotip negatif, dan stigma negatif (Novita, 2020). Stigma negatif dari masyarakat pada individu yang mengalami gangguan jiwa tidak hanya dapat menyebabkan mereka terisolasi dari lingkungan sosial, tetapi juga menimbulkan beban psikologis bagi keluarga, yang

dapat menghambat proses penyembuhan pasien tersebut (Hartanto et al., 2021). Stigma yang tinggi terhadap individu dengan gangguan jiwa dapat memperlambat proses penyembuhan mereka, sehingga berpotensi memperburuk keparahan gangguan jiwa. Oleh karena itu, keluarga serta masyarakat sekitar yang memberikan dukungan menjadi hal yang penting untuk membantu individu dengan gangguan jiwa untuk mencapai stabilitas yang lebih baik (Subu et al., 2018). Kekambuhan pada ODGJ berdampak pada penurunan percaya diri (Shimange et al., 2022).

Percaya diri merupakan keyakinan seseorang untuk bertindak dengan tenang, tegas, dan gesit di hadapan publik. Memiliki harga diri yang tinggi sangat penting karena itu mencerminkan keyakinan untuk dapat melakukan berbagai hal dan mencapai potensi penuh dalam hidup (Santi et al., 2021). Kepercayaan diri merupakan bentuk individu mengapresiasi dan menilai dirinya dari segala aspek kelebihan yang dimiliki individu itu sendiri. Salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri adalah penampilan fisik. Ketika individu merasa puas dengan keadaan fisik yang dimilikinya, maka individu tersebut akan memiliki kepercayaan diri yang tinggi, sedangkan individu lain merasa kurang puas terhadap keadaan fisiknya sehingga individu tersebut akan memiliki kepercayaan diri yang rendah (Permatasari, 2020)..

METODE

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif. Populasi penelitian ini terdiri dari 90 pasien yang sedang melakukan kontrol di ruang rawat jalan RSJ Tampan Provinsi Riau. Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan rumus *purposive sampling*. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dengan nomor: 1423/UN19.5.1.8/KEPK.FKp/2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase%
a. Usia		
Remaja Akhir 17-25 Tahun	3	3.3
Dewasa awal 26-35 Tahun	21	23.3
Dewasa Akhir 36-45 Tahun	32	35.6
Lansia Awal 46-55 Tahun	27	30.0
Lansia Akhir 56-65 Tahun	7	7.8
b. Jenis Kelamin		
Laki-Laki	41	45.6
Perempuan	49	54.4
c. Status Perkawinan		
Menikah	57	53.3
Belum Menikah	33	36.7
d. Tingkat Pendidikan		
SD	19	21.1
SMP	25	27.8
SMA/SMK	37	41.1
Perguruan Tinggi	9	10.0
e. Pekerjaan		
IRT	35	38.9
PNS	3	3.3
Wiraswasta	17	18.9
TNI/Polri	2	2.2
DLL	33	36.7
f. Lama Sakit		
< 5 Tahun	31	34.4
5-10 Tahun	30	33.3
> 10 Tahun	29	32.2
Total	90	100

Hasil penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa umur responden berada pada rentang usia dewasa akhir 36-45 tahun yaitu sebanyak 32 responden (35.6%). Nursalam menyatakan bahwa semakin dewasa seseorang maka semakin matang pula tingkat kedewasaan dan kekuatannya dalam berpikir dan bekerja dengan rasa percaya diri, orang yang lebih dewasa akan memiliki rasa percaya diri yang lebih dibandingkan dengan orang lain yang belum memiliki usia yang cukup (Asriani et al., 2020). Hasil penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa sebagian besar jenis kelamin responden berada pada

jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 49 responden (54,4%). Perempuan Indonesia rentan mengalami gangguan kesehatan mental karena mengalami beban ganda dalam keluarga dan tempat kerja. Selain dituntut oleh sistem sosial untuk mengurus pekerjaan di ranah domestik, perempuan juga dituntut bekerja untuk meningkatkan pendapatan keluarga, apalagi dikalangan kelompok miskin (Nurhasim, 2022).

Didapatkan hasil bahwa sebagian besar status perkawinan responden berada status perkawinan menikah, sebanyak 57 responden (53,3%). Seseorang bisa mengalami perubahan besar dalam hidupnya, termasuk pernikahan. Pasalnya, sebagian orang mungkin cenderung kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan perubahan setelah menikah atau merasa kehilangan atas kehidupan yang mereka jalani sebelumnya (Hidayati, 2019). Hasil penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa sebagian besar tingkat pendidikan responden berada pada tingkat pendidikan SMA/SMK, sebanyak 37 responden (41.1%). Tingkat pendidikan dapat mempengaruhi perilaku dan dapat menghasilkan banyak perubahan, khususnya perubahan pengetahuan dibidang kesehatan. Pendidikan merupakan faktor penting dalam membentuk kepercayaan diri seseorang. Pada ODGJ, meskipun banyak yang hanya mencapai pendidikan SMA/SMK, pendidikan tersebut dapat menjadi titik awal untuk memperbaiki rasa percaya diri mereka dalam beberapa aspek. (Yulianti & Wijianti, 2016).

Hasil penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa sebagian besar pekerjaan responden pada IRT sebanyak 35 responden (38,9%). Pekerjaan yang padat ini, juga dapat memicu masalah kesehatan mental, terutama ketika masyarakat sering kali tidak mengakui beban tersebut sebagai pekerjaan yang layak mendapatkan pengakuan. Gangguan jiwa seperti depresi, kecemasan, atau gangguan mood dapat menyebabkan ibu rumah tangga merasa tidak mampu atau tidak efektif dalam menjalankan tugas-tugas domestik. Hal ini dapat memperburuk kepercayaan diri mereka, karena mereka merasa tidak memenuhi harapan sosial atau keluarga, yang mengarah pada perasaan tidak berharga (Vizard, 2019).

Hasil penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa sebagian besar lama sakit responden berada <5 tahun sebanyak 31 responden (34,4%). Kepercayaan diri memiliki dampak yang signifikan pada lama sakit yang dialami seseorang. Mereka yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi cenderung memiliki waktu pemulihan yang lebih cepat, sementara mereka yang memiliki kepercayaan diri rendah seringkali merasa lebih tertekan dan cemas, yang dapat memperburuk kondisi mereka dan memperpanjang durasi sakit. Pengelolaan psikologis yang baik dan dukungan sosial dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri dan mempercepat pemulihan (Freska, 2023).

Tabel 2. Kepercayaan Diri Pada ODGJ

Kategori	Frekuensi	Persentase%
Percaya Diri	48	53.3
Tidak Percaya Diri	42	46.7
Total	90	100

Hasil penelitian yang telah dilakukan di RSJ Tampan Provinsi Riau mengenai gambaran kepercayaan diri pada orang dengan gangguan jiwa (ODGJ), didapatkan hasil bahwa sebagian besar dari responden memiliki hasil percaya diri (53.3%). Kepercayaan diri pada orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) merujuk pada tingkat keyakinan dan rasa percaya seseorang terhadap kemampuan diri mereka untuk menghadapi tantangan hidup, mengelola gejala gangguan jiwa, serta berinteraksi dan berfungsi dalam kehidupan sosial dan pekerjaan sehari-hari. Kepercayaan diri ini bisa dipengaruhi oleh kondisi mental seseorang, persepsi diri, serta bagaimana mereka merasa diterima atau diperlakukan oleh orang lain, termasuk dalam konteks stigma sosial terhadap gangguan jiwa (Panggallo, 2024).

Tabel 3. Distribusi Yakin Pada Kemampuan Responden

Kategori	Frekuensi	Persentase %
Yakin pada kemampuan	57	63.3
Tidak yakin pada kemampuan	33	36.7
Total	90	100

Berdasarkan tabel 4.3 dapat dilihat bahwa dari 90 responden yang telah diteliti menunjukkan sebanyak 57 responden (63.3%) dengan yakin pada kemampuan dan sebanyak 33 responden (36.7%) dengan tidak yakin pada kemampuan. Yakin pada kemampuan (Self-Efficacy): ODGJ yang yakin pada kemampuan memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi untuk mengatasi tantangan yang mereka hadapi, serta merasa mampu untuk menjalani kehidupan mereka meskipun ada gangguan jiwa. ODGJ yang merasa yakin pada kemampuan mereka percaya bahwa mereka dapat mengelola gejala dan memulihkan diri meskipun gangguan jiwa ada. Seorang ODGJ dengan gangguan bipolar yang tidak yakin pada kemampuannya mungkin merasa cemas tentang fase depresi berikutnya dan merasa tidak mampu menghadapinya, meskipun ada pengobatan (Huang, 2021).

Tabel 4. Distribusi Optimis pada Responden

Kategori	Frekuensi	Persentase %
Optimis	62	68.9
Tidak optimis	28	31.1
Total	90	100

Berdasarkan tabel 4.4 dapat dilihat bahwa dari 90 responden yang telah diteliti menunjukkan sebanyak 62 responden (68.9%) dengan optimis dan sebanyak 28 responden (31.1%) dengan tidak optimis. Optimis yaitu ODGJ yang optimis cenderung percaya bahwa masa depan mereka akan lebih baik. Mereka melihat pemulihan sebagai suatu kemungkinan dan percaya bahwa usaha mereka akan membuahkan hasil. Seseorang dengan depresi berat mungkin merasa bahwa tidak ada harapan atau perawatan yang akan membantu mereka merasa lebih baik (Davis, 2021).

Tabel 5. Distribusi Objektif pada Responden

Kategori	Frekuensi	Persentase %
Objektif	69	76.7
Tidak objektif	21	23.3
Total	90	100

Berdasarkan tabel 4.5 dapat dilihat bahwa dari 90 responden yang telah diteliti menunjukkan sebanyak 69 responden (76.7%) dengan objektif dan sebanyak 21 responden (23.3%) dengan tidak objektif. Objektif: ODGJ yang objektif dapat melihat kondisi mereka dengan jernih, tanpa bias atau pengaruh emosional yang berlebihan. Mereka dapat menerima kenyataan bahwa gangguan jiwa adalah tantangan, tetapi juga memahami bahwa mereka dapat mengelola dan menghadapinya dengan pendekatan yang tepat. Seorang ODGJ yang tidak objektif mungkin merasa bahwa gangguan jiwa mereka akan mengendalikan hidup mereka sepenuhnya, tanpa mempertimbangkan bahwa terapi atau pengobatan bisa membantu (Harris, 2023).

Tabel 6. Distribusi Bertanggung Jawab pada Responden

Kategori	Frekuensi	Persentase %
Bertanggung jawab	64	71.1
Tidak bertanggung jawab	26	28.9
Total	90	100

Berdasarkan tabel 4.6 dapat dilihat bahwa dari 90 responden yang telah diteliti menunjukkan sebanyak 64 responden (71.1%) dengan bertanggung jawab dan sebanyak 26 responden (28.9%) dengan tidak bertanggung jawab. Bertanggung jawab: ODGJ yang bertanggung jawab merasa mampu untuk mengelola perawatan mereka dan mengambil langkah-langkah untuk menjaga kesejahteraan mereka sendiri. Mereka akan aktif dalam mengikuti terapi, mengambil obat yang diresepkan, dan berpartisipasi dalam kegiatan sosial atau pekerjaan. ODGJ yang tidak bertanggung jawab mungkin melewatkan sesi terapi atau menghindari pengobatan karena merasa tidak ada perubahan yang signifikan atau merasakan keputusasaan (Curry, 2021).

Tabel 7. Distribusi Rasional dan Realistis pada Responden

Kategori	Frekuensi	Persentase %
Rasional dan realistis	58	64.4
Tidak rasional dan realistis	32	35.6
Total	90	100

Berdasarkan tabel 4.7 dapat dilihat bahwa dari 90 responden yang telah diteliti menunjukkan sebanyak 58 responden (64.4%) dengan rasional dan realistis dan sebanyak 32 responden (35.6%) dengan tidak rasional dan realistis. Rasional: ODGJ yang rasional dapat memandang situasi mereka secara logis, memahami gejala yang mereka alami, dan membuat keputusan berdasarkan bukti. Mereka tahu kapan harus mencari bantuan, menghindari kecemasan berlebihan, dan lebih siap untuk menghadapi tantangan. Seorang ODGJ dengan gangguan kecemasan yang irasional mungkin merasa bahwa mereka akan selalu merasa cemas dan tidak ada cara untuk mengatasinya (Hansen, 2022).

Realistis: ODGJ yang realistis menetapkan tujuan yang terjangkau dan tahu bahwa pemulihan adalah suatu proses yang membutuhkan waktu. Mereka tidak memiliki ekspektasi yang berlebihan dan menerima bahwa mereka mungkin akan mengalami kesulitan di sepanjang jalan. Seorang ODGJ yang tidak realistis mungkin merasa bahwa mereka harus bisa "sembuh sempurna" dalam waktu singkat dan kecewa atau merasa gagal jika pemulihan memakan waktu lebih lama (Johnson, 2023).

KESIMPULAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap 90 responden di RSJ Tampan Provinsi Riau tepatnya melalui penyebaran kuesioner secara langsung, menunjukkan mayoritas responden berada

pada rentang umur 36-45 tahun atau usia dewasa akhir, status pekerjaan mayoritas responden berstatus ibu rumah tangga, pendidikan terakhir SMA/SMK, paling banyak berjenis kelamin perempuan, dan lama sakit < 5 tahun. Hasil analisis gambaran kepercayaan diri pada orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) pada pasien odg di RSJ Tampan menunjukkan bahwa dari 90 responden yang telah diteliti menunjukkan sebanyak 48 responden (53.3%) dengan percaya diri dan sebanyak 42 responden (46.7%) tidak percaya diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Asriani, Nauli, F. A., & Karim, D. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Terhadap Sikap Masyarakat Pada Orang Dengan Gangguan Jiwa. *Health Care : Jurnal Kesehatan*, 9(2), 77–85. <https://doi.org/10.36763/healthcare.v9i2.80>
- Curry, M. A., & Schowalter, S. D. (2021). The role of self-responsibility in treatment adherence among individuals with severe mental illness. *Social Work in Mental Health*, 19(1), 36-52.
- Freska, N. W., & Kep, M. (2023). *Bullying dan Kesehatan Mental Remaja*. Mitra Edukasi Negeri.
- Hansen, S., Hansun, S., Setiawan, A. F., & Rostiyanti, S. (2023). Etika penelitian: Teori dan praktik manajemen kontrak konstruksi View project (Issue January). <https://www.researchgate.net/publication/367530183>
- Hidayati 2019 Hidayati, N. (2019). Menyesuaikan diri dengan perubahan setelah menikah: Tantangan psikologis dalam kehidupan pernikahan. *Jurnal Psikologi Perkawinan*, 15(2), 101-110.)
- Huang, Y., & Li, Y. (2021). The impact of self-efficacy and self-doubt on the mental health of individuals with schizophrenia: A prospective study. *Journal of Psychiatric Research*, 137, 217-223.
- Hartanto, A. E., Hendrawati, G. W., & Sugiyorini, E. (2021). Pengembangan strategi pelaksanaan masyarakat terhadap penurunan stigma masyarakat pada pasien gangguan jiwa. *Indonesian Journal for Health Sciences*, S(1), 63-68. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v5i1.3249>
- Johnso istic expect Pans in Me a heath treessing A framework for supporting individuals with severe anxiety and depression. *Journal of Anxiety and Depression*, 11(2), 56-64.
- Novita, A. (2020). Pengaruh pendidikan kesehatan jiwa terhadap pengetahuan dan sikap keluarga dalam mencegah kekambuhan pada orang dengan gangguan jiwa (odgi). *Proceeding Seminar Nasional Keperawatan*, 6(1), 179-184. <http://conference.unsri.ac.id/index.php/SNK/article/view/1789>
- Nurhasim 2022 diganti dgn Suwijik 2022 (Suwijik, S. P., & Ayun, . (2022). Pengaruh Kesehatan Mental dalam Upaya Memperbalk1 dan Mengoptimalkan Kualitas Hidup Perempuan. *Journal of Feminism and Gender Studies*, 2(2), 109-123.)
- Permatasari, L. I. (2020). Gambaran tingkat Self Confidence pada pasien gangren kaki diabetik. *Jurnal Kesehatan Panca Bhakti Lampung*, VIII, 87-92.
- Sari, M. T., & Daryanto, D. (2021). Pemberdayaan masyarakat dan keluarga melalui pemberian pendidikan kesehatan dalam merawat anggota keluarga dengan gangguan jiwa. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 3(3), 334. <https://doi.org/10.36565 jak.v33.273>
- Sulastri, Fatonah, S., Yuniastin, Bangsawan, M., Sunari, L., & Barus, L. (2020). Pemberdayaan masyarakat dalam perawatan kesehatan jiwa di kecamatan natar kabupaten lampung selatan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Pemberdayaan*, 4(3), 249-254. <http://www.pikiran-rakyat.com>
- Subu, M. A., Waluyo, I., Nurdin, A. E., Priscilla, V., & Aprina, T. (2018). Stigma, stigmatisasi, perilaku kekerasan dan ketakutan diantara orang dengan gangguan jiwa (ODGJ) di Indonesia: Penelitian constructivist grounded theory. *Jurnal Kedokteran Brawijaya*, 30(1), 53-60. <https://doi.org/10.21776/ub.jkb.2018.030.01.10>
- Shimange, M. E., Poggenpoel, M., Myburgh, C. P. H., & Ntshingila, N. (2022). Lived experiences of family members caring for a relative with mental illness. *International Journal of Africa Nursing Sciences*, 16(March), 100408. <https://doi.org/10.1016/jijans.2022.100408>
- Santi, D. P. D., Setiyani, S., Suhena, E., Dwiyanti, F., & Suryana, N. (2021). Analisis self confidence pada siswa kelas XI sekolah kejuruan (SMK) dalam pembelajaran matematika daring. *JIPM (Jurnal Imiah Pendidikan Matematika)*, 10(1), 79. <https://doi.org/10.25273/jipm.v10i1.8338>