

KARYA TULIS ILMIAH
“PENERAPAN TERAPI AFIRMASI POSITIF PADA MAHASISWA
YANG MENGALAMI HARGA DIRI RENDAH SITUASIONAL AKIBAT
***BODY SHAMING* DI KAMPUS A . PRODI D-III KEPERAWATAN**
POLTEKES KEMENKES KUPANG”



ANGEL GLORIA YUNIKE FOEH
PO5303201220758

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN KUPANG
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN KUPANG
TAHUN 2024/2025

KARYA TULIS ILMIAH
“PENERAPAN TERAPI AFIRMASI POSITIF PADA MAHASISWA
YANG MENGALAMI HARGA DIRI RENDAH SITUASIONAL AKIBAT
***BODY SHAMING* DI KAMPUS A. PRODI D-III KEPERAWATAN**
POLTEKES KEMENKES KUPANG”



Karya Tulis Ilmiah ini diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan program Diploma-III Keperawatan

ANGEL GLORIA YUNIKE FOEH
PO5303201220758

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN KUPANG
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN KUPANG
TAHUN 2024/2025

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Angel Gloria Yunike Foeh

Nim : PO5303201220758

Program Studi : D-III Keperawatan Kupang

Institusi : Poltekkes Kemenkes Kupang

Dengan ini saya menyatakan dengan sebenarnya bahwa karya tulis ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan semua sumber yang baik dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan benar. Penulis tidak melakukan plagiat dan penulisan karya tulis ilmiah dan bersedia menerima sanksi apabila ditemukan plagiarisme.

Kupang, 26 Juni 2025

Yang Membuat Pernyataan



Angel Gloria Yunike Foeh
PO5303201220758

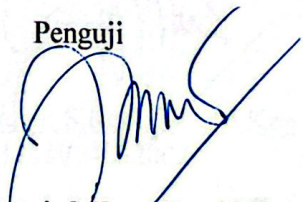
Mengetahui

Pembimbing Utama



Antonia Helena Hamu, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197409191998032013

Penguji



Jane Leo Mangi, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 196901111994032002

LEMBAR PERSETUJUAN

**“PENERAPAN TERAPI AFIRMASI POSITIF PADA MAHASISWA YANG
MENGALAMI HARGA DIRI RENDAH SITUASIONAL AKIBAT *BODY
SHAMING* DI KAMPUS A. PRODI D-III KEPERAWATAN POLTEKES
KEMENKES KUPANG”**

Disusun Oleh:



ANGEL GLORIA YUNIKE FOEH
PO5303201220758

Telah Di Setujui Untuk Di Seminarkan Di Depan Dewam Penguji
Prodi Diploma III Keperawatan Kupang Politeknik Kesehatan
Kemenkes Kupang

Pada tanggal : 26 Juni 2025

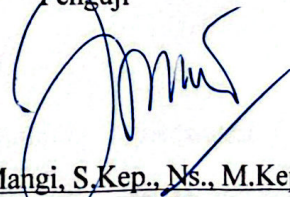
Mengetahui

Pembimbing Utama



Antonia Helena Hamu, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197409191998032013

Penguji



Jane Leo Mangi, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 196901111994032002

LEMBAR PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN TERAPI AFIRMASI POSITIF PADA MAHASISWA YANG
MENGALAMI HARGA DIRI RENDAH SITUASIONAL AKIBAT *BODY*
***SHAMING* DI KAMPUS A. PRODI D-III KEPERAWATAN**
POLTEKES KEMENKES KUPANG

Disusun Oleh:



ANGEL GLORIA YUNIKE FOEH
PO5303201220758

Telah DiPertahankan di Depan Dewan Penguji
Pada Tanggal : 26 Juni 2025

Mengesahkan,

Penguji 1,

Jane Leo Mangi, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 196901111994032002

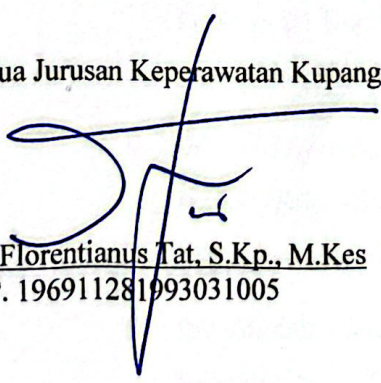
Penguji 2,

Antonia Helena Hamu, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197409191998032013



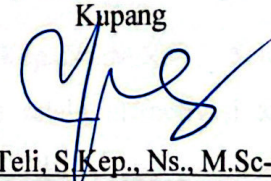
Mengetahui

Ketua Jurusan Keperawatan Kupang



Dr. Florentianus Tat, S.Kp., M.Kes
NIP. 196911281993031005

Ketua Program Studi D3 Keperawatan
Kupang



Margareta Teli, S.Kep., Ns., M.Sc-PH.PhD
NIP. 197707272000032002

KATA PENGANTAR

Puji Syukur dipanjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena kebaikan dan kemudahan serta berkat yang diberikan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “ *Penerapan Terapi Afirmasi Positif Pada Mahasiswa Yang Mengalami Harga Diri Rendah Situasional Akibat Body Shaming Di Kampus A. Prodi D-III Keperawatan Poltekes Kemenkes Kupang*” karya tulis ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan untuk mendapatkan gelar Ahli Madya Keperawatan, dalam program studi D-III keperawatan pada Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang melimpah kepada pihak-pihak yang telah membantu. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada:

1. Tuhan Yesus Kristus Karena Anugerah-Nya Saya Dapat Menyelesaikan Tulisan Ini
2. Bapak Irfan, SKM.,M.Kes Selaku Direktur Politeknik Kementerian Kesehatan Kupang
3. Ketua Jurusan Keperawatan Poltekes Kemenkes Kupang, Bapak Dr. Florentianus Tat.,SKp.,M.Kes
4. Dr. Margaretha Teli, S.Kep.,Ners., MSc. PHD Selaku KA Prodi D-III Keperawatan Kupang yang terus mendorong dan mendukung dalam penyelesaian Karya Tulis ini.
5. Ibu Meiyeriance Kapitan, S.Kep.,Ns.,M.Kep Selaku Pembimbing Akademik Saya yang selalu memotivasi saya sehingga dapat menyelesaikan Karya Tulis ini.
6. Ibu Antonia Helena Hamu,S.Kep.,Ns.,M.Kep Sebagai Dosen Pembimbing Terbaik Yang Senantiasa Memberikan

Bimbingan Dan Motivasi Untuk Menyelesaikan Karya Tulis Ini.

7. Bapak/Ibu Dosen, Tenaga Pendidik Yang Telah Mendukung Dan Memberikan Motivasi Dalam Proses Pendidikan
8. Orang Tua Terkasih Saya Bapak Yermias Y. Foeh .S.IP dan Ibu Yohana Foeh-Loudoe Yang Senantiasa Mendoakan, Mendukung Serta Memotivasi Saya Untuk Selalu Semangat Dan Tak Mengenal Kata Lelah Untuk Terus maju .Terima Kasih Atas Semua Dukungan Baik Secara Material Maupun Moral Hingga Saya Dapat Menyelesaikan Karya Tulis Ini.
9. Saudara/I Kandung Saya Kakak Sandro,Boy,Adik Aris,Tania,Tasya dan Hens Yang Dengan Tulus Hati Terus Mendukung Dan Mendorong Saya Sehingga Dapat Menyelesaikan Karya Tulis Ini. Hamba Tuhan Kakak Simon Pah,S.T Yang Dengan Tulus Hati Mendoakan Saya Di Setiap Proses Akademik yang saya lalui. Sahabat Terlanjur Basah A.Md.Kep, Annisa Afrah dan Tesa Dethan Yang Selalu Menjadi Teman Seperjuangan Saya , tempat berbagi banyak hal Dari Tahun 2022 Hingga Dapat terselesaikannya Karya Tulis Ini. Brevian Rival Rinaldo Yang Mendoakan dan Menyemagati Saya Dalam Menyelesaikan Karya Tulis Ini. Sahabat Kecil Saya Idaman Mertua Any, Seba Dan Ily Yang Selalu Menjad Pendengar Setiap Keluh Kesah Saya. Ubur-Ubur Ikan Lele Gebot,Stelmut,Iber,El dan Iva Yang Menjadi Teman Seperjuangan Dalam Proses Penyelesaian Karya Tulis ini. Serta semua pihak yang telah mendukung saya dalam penyelesaian karya tulis ini. ***“Jika bukan TUHAN yang menolong aku, nyaris aku diam di tempat sunyi” TB: Mazmur 94:17***

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
<i>Abstrak.....</i>	<i>vi</i>
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	1
BAB 1 PENDAHULUAN	2
1.1 LATAR BELAKANG	2
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penulisan	4
1.3.1 Tujuan umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Praktis	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Konsep Teori <i>Body Shaming</i>.....	7
2.1.1 <i>Pengertian Body Shaming</i>	7
2.1.2 Ciri- Ciri <i>Body Shaming</i>	7
2.1.3 Jenis- Jenis <i>Body Shaming</i>	8
2.1.4 Dampak <i>Body Shaming</i>	8
2.1.5 Faktor Penyebab <i>Body Shaming</i>	9
2.1.6 Upaya Penanganan <i>Body shaming</i>	11
2.2 Konsep Teori Harga Diri Rendah.....	13
2.2.1 Pengertian Harga Diri Rendah	13
2.2.2 Penyebab Harga Diri Rendah.....	13
2.2.3 Tanda dan Gejala Harga Diri Rendah	14
2.2.4 Proses Terjadinya Harga Diri Rendah	14

2.2.5	Rentang Respon Harga Diri Rendah	15
2.2.6	Jenis Harga Diri Rendah	16
2.2.7	Gambaran Klinis Harga Diri Rendah.....	16
2.2.8	Mekanisme Koping Harga Diri Rendah.....	18
2.2.9	Faktor Presdiposisi Dan Presipitasi	19
3.1	Konsep Afirmasi Positif.....	22
3.1.1	Definisi Afirmasi Positif	22
3.1.2	Manfaat Afirmasi Positif.....	22
3.1.3	Tujuan Afirmasi Positif.....	23
3.1.4	Teknik Afirmasi positif.....	23
BAB 3	METODE PENELITIAN.....	32
3.1	Desain Penelitian.....	32
3.2	Populasi dan Sampel	32
3.1.1	Fokus Studi	33
3.1.2	Definisi Operasional	33
3.3	Instrumen Pengumpulann Data.....	33
3.4	Metode Pelaksanaan Penelitian.....	33
3.5	Tempat Dan Waktu Studi Kasus.....	34
3.7	Etika Penelitian	35
BAB 4	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	36
4.1	Hasil Penelitian	36
4.1.1	Gambaran Lokasi Penelitian.....	36
4.1.2	Mengidentifikasi Harga Diri Rendah Situasional 3 Partisipan	36
4.1.3	Menganalisis dan Menilai Pengaruh Sebelum dan Sesudah Intervensi.....	42
BAB 5	PENUTUP	54
DAFTAR PUSTAKA		56
LAMPIRAN		59
DOKUMENTASI		77

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Tanda Dan Gejala Harga Diri Rendah.....	15
Tabel 2. 2 Defenisi Operasional.....	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1: Wawancara P1.....	71
Gambar 2: Wawancara P2	71
Gambar 3: Wawancara P3	71
Gambar 4: Terapi Pada P3	72
Gambar 5: Terapi P1	72
Gambar 6: Terapi P2.....	72

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 2: Lembar Kusioner Sebelum Intervensi P1	59
Lampiran 3: Lembar Kusioner Sebelum Intervensi P2	60
Lampiran 4: Lembar Kusioner Sebelum Intervensi P3	61
Lampiran 5 : Informed consent P1	62
Lampiran 6: Informed consent P2	63
Lampiran 7: Informed Consent P3	64
Lampiran 8: Lembar Wawancara P1	65
Lampiran 9: Lembar Wawancara P2	66
Lampiran 10: Lembar Wawancara P3	67
Lampiran 11: Lembar Observasi Sesudah Intervensi P1	68
Lampiran 12: Lembar Observasi Sesudah Intervensi P2	69
Lampiran 13: Lembar Observasi Sesudah Intervensi P3	70
Lampiran 14: Kalimat Afirmasi Positif Partisipan	71
Lampiran 16: Surat Ijin Pengambilan Data Awal	73
Lampiran 17: Surat Penelitian	74
Lampiran 18: Keterangan Layak Etik	75
Lampiran 19 :Surat Keterangan Hasil Cek Plagiasi	76