

## LAMPIRAN

Lampiran 1

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BANDUNG**  
**PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN BOGOR**  
**PENJELASAN PENELITIAN**

---

Judul Studi Kasus : Penerapan Terapi Afirmasi Positif Terhadap Harga Diri Remaja Dengan Resiko *Body Dysmorphic Disorder* Di Kelurahan Semplak Kabupaten Bogor

Peneliti : Ayu Widia Nurani Saputri

NIM : P17320321008

E-mail : Widyaayuwidya99@gmail.com

No HP : 089508324693

Saya mahasiswa Program Diploma III Politeknik Kesehatan Bandung Program Studi Keperawatan Bogor, bermaksud mengadakan studi kasus untuk mengetahui Penerapan Terapi Afirmasi Positif Terhadap Harga Diri Remaja Dengan Resiko *Body Dysmorphic Disorder* Di Kelurahan Semplak Kabupaten Bogor, saudara yang berpartisipasi dalam studi kasus ini, akan menjadi responden untuk mengumpulkan data. Peneliti akan memberikan Teknik afirmasi positif dan memberikan kuesioner tingkat harga diri pada remaja. Adapun data-data yang akan peneliti gali yaitu: identitas responden dan hasil kuesioner pada harga diri remaja dengan risiko *body dysmorphic disorder*.

Saya menjamin bahwa penelitian ini tidak akan berdampak negatif bagi siapapun. Bila sebelum berpartisipasi dalam studi kasus ini saudara merasakan ketidaknyamanan maka saudara mempunyai hak untuk berhenti sebagai responden.

Kerahasiaan dari data yang diperoleh, baik dalam proses pengumpulan, pengelolaan, maupun penyajian studi kasus. Peneliti juga menghargai keinginan responden untuk tidak berpartisipasi dalam studi kasus ini\

Adapun studi kasus ini akan dimanfaatkan sebagai informasi bagi instansi kesehatan peneliti maupun responden. Melalui penjelasan ini, peneliti sangat mengharapkan partisipasi saudara. Peneliti mengucapkan terimakasih atas kesediaan saudara berpartisipasi dalam studi kasus ini.

Bogor,

Lampiran 2

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN BANDUNG**  
**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR**

---

**LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN**

Setelah diberi penjelasan tentang studi kasus ini secara lisan dan tulisan, saya mengerti tujuan dari studi kasus ini untuk diketahuinya penerapan terapi afirmasi positif terhadap harga diri remaja dengan risiko *body dysmorphic disorder* di kelurahan selmpal kabupaten bogor, dengan ini saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Usia :

Alamat :

Bersedia menjadi responden studi kasus terapi afirmasi positif terhadap harga diri remaja dengan risiko *body dysmorphic disorder* di kelurahan selmpal kabupaten bogor.

Bogor, Maret 2024

Penulis

Responden

(Ayu Widia Nurani S)

(.....)

Lampiran 3

**Kuesioner A**

**PENERAPAN TERAFI AFIRMASI POSITIF TERHADAP  
HARGA DIRI REMAJA DENGAN RISIKO BODY  
DYSMORPHIC DISORDER DI KELURAHAN  
SEMPLOK KABUPATEN BOGOR**

---

---

**PENGAJIAN PSIKOSOSIAL**

Tanggal pengkajian :

Waktu Pengkajian :

Tempat pengkajian :

**A. Identitas pasien/klien**

1. Nama ( identitas)

2. Usia

3. Jenis kelamin

( ) Laki-laki ( ) Perempuan

4. Agama

5. Suku

6. Status pernikahan

( ) menikah ( ) Belum menikah ( ) Janda/Duda

7. Pendidikan

( ) tamat SD-SMP ( ) Tamat SMA ( ) PT ( ) Tidak sekolah

## 8. Pekerjaan

( ) PNS/TNI/POLRI ( ) Swasta ( ) Tidak bekerja/IRT ( )

lain-lain .....

9. Penghasilan perbulan : ( ) < Rp 4.169.000 ( )  $\geq$  Rp 4.169.000

10. Alamat :

11. Nama penanggung jawab :

12. Status penanggung jawab :

( ) Suami/istri ( ) Anak ( ) Kakak/Adik ( ) Lain-lain

## B. Riwayat Kesehatan

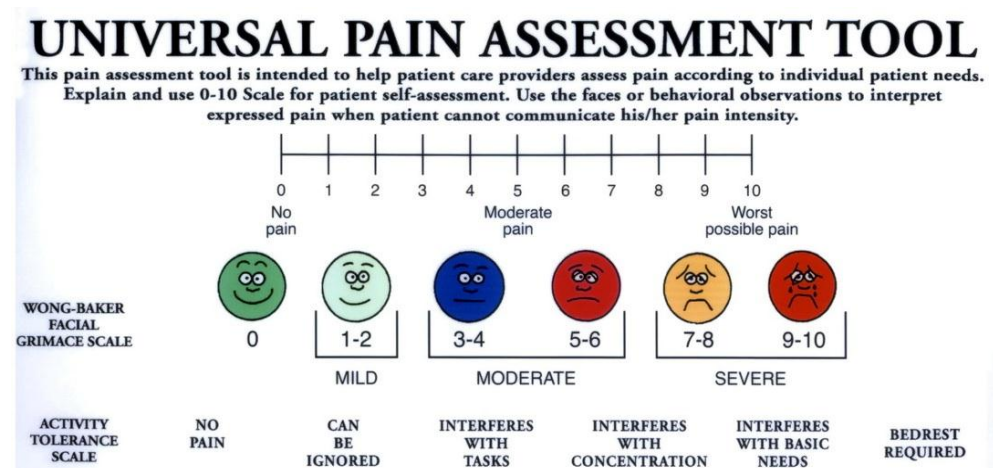
## 1. Masalah yang dirasakan saat ini

---



---

- a. Bila ada nyeri gambarkan tingkat nyeri ( dengan melingkari angka dibawah ini)



Jelaskan nyeri yang dialami pasien (PQRST)

---



---

b. Pola tidur

- Banyak tidur       Kurang tidur       Sulit untuk tidur  
 Sulit utk tetap terbangun       Sulit untuk bangun tidur       Sulit untuk tetap tidur

Jelaskan pola tidur yang dialami pasien (termaksud kualitas dan kuantitas tidur)

---



---

c. Nafsu makan

- Meningkat       Menurun       Biasa saja

Jelaskan nafsu makan yang dialami pasien

d. Kecemasan

Kecemasan diukur menggunakan Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-

A) lihat lampiran

0=tidak cemas	1= cemas ringan	2= cemas sedang	3=Cemas berat	4 = cemas sangat berat
------------------	--------------------	--------------------	------------------	------------------------------

Jelaskan (berdasarkan skala )

---



---

## 2. Pemeriksaan fisik

Tanda-tanda Vital

Tekanan Darah :                      Nadi :                      Pernafasan :                      Suhu :

Berat Badan :                      Tinggi badan :

Pemeriksaan head to toe (simpulkan )

## 3. Riwayat kesehatan masa lalu

---



---

## C. Konsep diri

### 1. Body image

---



---

### 2. Peran

---



---

3. Identitas diri

---

---

4. Ideal diri

---

---

5. Harga diri

---

---

D. Pengkajian Sosial

1. Kondisi rumah

---

---

2. Keluarga

---

---

3. Keuangan

---

---

4. Budaya

---

---



## 5. Spiritual

---



---

### E. Pemeriksaan status mental

#### 1. Penampilan

- a. Postur tubuh
- b. Kontak mata
- c. Cara Pakaian
- d. Cara berdandan
- e. Respon saat pengkajian
- f. Kelainan fisik yang menonjol
- g. Ekspresi wajah

#### 2. Perilaku

( ) Ramah ( ) bermusuhan ( ) kooperatif ( ) tidak komunikatif

( ) menggoda ( ) berhati-hati ( ) perhatian

Jelaskan.....

.....

.....

#### 3. Gerakan

( ) kelemahan psikomotor ( ) gelisah ( ) gerakan abnormal ( ) kaku

Jelaskan.....

.....

.....

4. Pembicaraan

- a. Kecepatan bicara ( ) cepat ( ) lambat ( ) normal
- b. Kejelasan bicara ( ) cadel ( ) berguman ( ) putus-putus ( ) beraksen
- c. Volume ( ) keras ( ) lemah ( ) Normal
- d. Kualitas bicara ( ) ragu-ragu ( ) emosional ( ) mengulang topik ( ) spontan ( ) tidak spontan
- e. Banyaknya bicara ( ) cerewet ( ) aktif ( ) Diam

Jelaskan.....

.....

5. Alam perasaan

- ( ) sangat gembira ( ) panik ( ) ketakutan
- ( ) gembira berlebihan ( ) khawatir ( ) tidak tenang
- ( ) merasa bahagia meski dalam keadaan stress ( ) gelisah
- ( ) Tidak senang ( ) apatis ( ) sensitif ( ) marah
- ( ) Sedih
- ( ) Depresi
- ( ) menjalani tanpa perasaan
- ( ) Berduka

Jelaskan.....

.....

#### 6. Affect

terbatas       datar       tidak sesuai

Tumpul       normal

Jelaskan.....

.....

.....

.....

#### 7. Isi pikir

ide bunuh diri     obsesi     fobia     kompulsif   

koheren

paranoid     pikiran magic     Delusi     ide yang

belebihan

Jelaskan.....

.....

#### 8. Proses pikir

asosiasi     Koheren     Logis    perseverasi   

neologisme

( ) bloking ( ) mengikuti arus ( ) flight of idea ( )  
 circumstansial ( ) tangensial

Jelaskan.....  
 .....

### 9. Persepsi

( ) halusinasi ( ) Ilusi ( ) depersonalisasi ( ) dejavu

Jelaskan.....  
 .....

### 10. Intelektual

( ) Rata-rata ( ) dibawah rata-rata ( ) diatas rata-rata

Jelaskan.....  
 .....

### 11. Kognitif

( ) orientasi baik

Disorientasi ( ) waktu ( ) tempat ( ) orang

Konsentrasi ( ) kurang perhatian ( ) mudah dialihkan ( ) sering  
 terganggu

Memori ( ) memori jangka pendek ( ) memori jangka  
 menengah

( ) memori jangka panjang ( ) memori saat ini

12. Sensori

Tingkat kesadaran :

Jelaskan.....  
.....

13. Insight

( ) menyadari penyakit                      ( ) meningkari penyakit

Jelaskan.....  
.....

F. Pemeriksaan diagnostik dan laboratorium

G. Pengobatan

H. Diagnosa medik

## Lampiran 4

**KUESIONER B****DATA DEMOGRAFI**

---

**Karakteristik Responden**

1. Nama :
2. Usia :
3. Agama :
4. Jenis Kelamin :  Laki-laki  
 Perempuan
5. Tinggal serumah :  Orang tua  Sepupu  
 Kakek/nenek
6. Orang terdekat dirumah :  Ayah  Kakak/adik  Orang lain  
 Ibu  Kakek/nenek
7. Jumlah teman baik :  1 orang  >3 orang  
 2-3 orang

## Lampiran 5

**KUESIONER C****KUESIONER SKRINING *TEST BODY DYSMORPHIC DISORDER*  
PADA REMAJA PUTRI DI KELURAHAN SEMPLAK**

Petunjuk pengisian :

1. Berilah tanda *checklist* (√) pada kolom yang tersedia sesuai dengan kecenderungan harga diri Anda terhadap pernyataan itu, dengan kriteria sebagai berikut:  
 SS : Sangat sesuai                      TS : Tidak sesuai  
 S : Sesuai                                      STS : Sangat tidak sesuai
2. Jawablah pertanyaan-pertanyaan yang diberikan sesuai yang anda ketahui tanpa rekayasa dan benar apa adanya karena besar manfaat yang akan Anda ketahui dari hasil jawaban Anda.

**INDEX BDD**

NO	DAFTAR PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya selalu memikirkan penampilan saat bersama keluarga, teman atau kekasih.				
2	Warna kulit yang saya miliki menjadikan daya tarik tersendiri.				
3	Saya bercermin hanya sekedar merapikan penampilan saya.				
4	Saya berulang kali menyentuh kekurangan pada bagian tubuh yang dirasa tidak menarik.				
5	Setiap menemui cermin saya selalu memperhatikan penampilan saya yang kurang menarik				
6	Saya merasa bahwa warna kulit yang saya miliki membuat saya tidak terlihat cantik				
7	Saya percaya diri dengan pakaian yang saya gunakan sehari-hari.				
8	Saya menghabiskan waktu lama untuk berhias sebelum berpergian				

e. Pengukuran kecenderungan *body dysmorphic disorder* (BDD)

9	Saya enggan bertemu orang lain karena saya merasa penampilan saya tidak menarik.				
10	Saya merasa wajah saya tidak menarik, sehingga saya menghindari bercermin				
11	Saya tidak mempermasalahkan penampilan saya saat bertemu dengan orang lain.				
12	Saya akan memilih diam dirumah dari pada keluar dengan wajah yang memiliki bekas luka				
13	Bagi saya tidaklah penting berhias terlalu lama.				
14	Saya mengenakan pakaian apapun saat bertemu orang lain.				
15	Saya mencoba berbagai macam perawatan <i>skincare</i> (wajah) atau perawatan badan.				
16	Saya melakukan berbagai macam gaya bebas dalam pengambilan gambar (berfoto).				
17	Saya hanya mencoba satu produk <i>skincare</i> atau produk perawatan badan yang memang cocok untuk diri saya.				
18	Saya mencari posisi tubuh yang cocok untuk menutupi kekurangan pada penampilan fisik saya saat berfoto.				
19	Saya selalu menggunakan berbagai macam <i>make-up</i> saat akan berpergian.				
20	Saya mengambil foto secara berulang kali hingga hasilnya memuaskan				
21	Ketika berpergian saya menggunakan make up seperlunya/ tidak menggunakan make up sama sekali.				
22	Saya selalu mengenakan pakaian yang membuat bentuk tubuh saya lebih menarik.				
23	Saya mengambil foto diri saya hanya satu kali saja,karena tidak masalah bagi saya terhadap wajah dan bentuk tubuh saya.				
<b>TOTAL SKOR</b>					

Skala yang digunakan untuk mengukur kecenderungan perilaku

BDD menggunakan gejala dari kecenderungan BDD oleh Watkins.

Instrument disusun dengan model skala likert yang terdiri dari item

favourable dan item unfavourable dengan 4 pilihan jawaban (SS = Sangat



Sesuai, S = Sesuai, TS = Tidak Sesuai dan STS = Sangat Tidak Sesuai). Hasil uji koefisiensi validitas item berkisar 0,431 – 0,824. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini dikatakan reliabel karena menunjukkan nilai reliabilitas  $>0,60$  (Croanbach Alpha) yaitu nilai reliabilitas skala kecenderungan BDD sebesar 0,954 dengan rentang skor 69-83 dikatakan mengalami kecenderungan BDD. Diketahui jumlah item yang valid yaitu 23 item pada skala kecenderungan BDD,yakni:

- 1) Saya selalu memikirkan penampilan saat bersama keluarga, teman atau kekasih
- 2) Warna kulit yang saya miliki menjadikan daya tarik tersendiri.
- 3) Saya bercermin hanya sekedar merapikan penampilan saya.
- 4) Saya berulang kali menyentuh kekurangan pada bagian tubuh yang dirasa tidak menarik.
- 5) Setiap menemui cermin saya selalu memperhatikan penampilan saya yang kurang menarik
- 6) Saya merasa bahwa warna kulit yang saya miliki membuat saya tidak terlihat cantik
- 7) Saya percaya diri dengan pakaian yang saya gunakan sehari-hari.
- 8) Saya menghabiskan waktu lama untuk berhias sebelum berpergian.
- 9) Saya enggan bertemu orang lain karena saya merasa penampilan saya tidak menarik.

- 10) Saya merasa wajah saya tidak menarik, sehingga saya menghindari bercermin.
- 11) Saya tidak mempermasalahkan penampilan saya saat bertemu dengan orang lain.
- 12) Saya akan memilih diam dirumah dari pada keluar dengan wajah yang memiliki bekas luka
- 13) Bagi saya tidaklah penting berhias terlalu lama.
- 14) Saya mengenakan pakaian apapun saat bertemu orang lain.
- 15) Saya mencoba berbagai macam perawatan *skincare* (wajah) atau perawatan badan.
- 16) Saya melakukan berbagai macam gaya bebas dalam pengambilan gambar (berfoto).
- 17) Saya hanya mencoba satu produk *skincare* atau produk perawatan badan yang memang cocok untuk diri saya.
- 18) Saya mencari posisi tubuh yang cocok untuk menutupi kekurangan pada penampilan fisik saya saat berfoto.
- 19) Saya selalu menggunakan berbagai macam *make-up* saat akan berpergian.
- 20) Saya mengambil foto secara berulang kali hingga hasilnya memuaskan
- 21) Ketika berpergian saya menggunakan make up seperlunya/ tidak menggunakan make up sama sekali.

- 22) Saya selalu mengenakan pakaian yang membuat bentuk tubuh saya lebih menarik.
- 23) Saya mengambil foto diri saya hanya satu kali saja, karena tidak masalah bagi saya terhadap wajah dan bentuk tubuh saya.

**Watkins, Nicholas. 2006. Pediatric Prehospital analgesia in Auckland.**

**Wiley Library**

## Lampiran 6

**KUESIONER D**  
**TINGKAT HARGA DIRI**

---

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :  Perempuan  Laki-laki

Pendidikan :

**Petunjuk!**

Bacalah setiap pertanyaan dan beri tanda (√) untuk berapa banyak pernyataan yang berlaku untuk anda selama dua minggu terakhir. Jangan menghabiskan terlalu banyak waktu pada salah satu pertanyaan. Penilaian ini tidak dimaksud untuk menjadi diagnosis.

No	Pertanyaan	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak setuju
1	Saya merasa bahwa diri saya cukup berharga, setidaknya sama dengan orang lain				
2	Saya rasa banyak hal-hal baik dalam dirisaya				
3	Saya orang yang gagal				
4	Saya mampu mengerjakan sesuatu seperti apa yang dapat dilakukan orang lain				

5	Saya rasa tidak banyak yang dapat saya banggakan pada diri saya				
6	Saya menerima keadaan diri saya seperti apa adanya				
7	Secara keseluruhan saya puas dengan diri saya				
8	Saya berharap saya dapat lebih dihargai				
9	Saya sering merasa tidak berguna				
10	Kadang-kadang saya merasa bahwa diri saya tidak baik				

## Lampiran 7

**OBSERVASI**  
**PENERAPAN LATIHAN AFIRMASI POSITIF PADA REMAJA DENGAN**  
**HARGA DIRI RENDAH**

---

## A. Data Umum

1. Inisial Nama :
2. Usia :
3. Alamat :
4. Pendidikan :
5. Jenis Kelamin :  Perempuan  Laki-laki
6. Jenis Kegiatan :

## B. Data Khusus

No	Hari/Tanggal	Rentan Nilai		Keterangan
		Sebelum	Sesudah	

## Lampiran 8

**OBSERVASI PENILAIAN LATIHAN AFIRMASI POSITIF**

Nama :

Usia :

Pendidikan :

Jenis Kelamin :

**Petunjuk pengisian**

1. Isilah table dibawah ini sesuai dengan kegiatan yang dilakukan
2. Berilah tanda (√) apabila tahapnya dilakukan

No	Langkah-langkah	Tanggal	Penerapan	
			Ya	Tidak
1	Sesi I : Penentuan kalimat			
	a. Berfokus pada apa yang diinginkan Contoh: "saya mencintai diri saya seutuhnya"  b. Gunakan Gambarkan waktu dan apa yang dunginkan seolah hal itu sudah tercapai. Contoh: "saya di sini untuk mencapai tujuan saya, saya percaya pada kemampuan yang ada pada diri saya, saya luar biasa, saya bangga menjadi diri saya, mengapresiasi saya diri saya,			

	<p>pemikiran saya terhadap diri saya adalah hal yang penting, saya layak mendapatkan yang terbaik dalam hidup ini, saya bersyukur saya hidup, saya kuat dan luar biasa, saya menyenangkan, berkarisma, dan layak di cintai, saya sungguh-sungguh mencintai dan mendukung diri saya, tidak ada di dunia ini yang seperti saya, dan itu adalah kekuatan saya, saya yakin pada kemampuan saya, semakin hari saya percaya bahwa saya adalah orang yang berguna bagi orang-orang disekitar saya,"</p> <p>c. Gunakan kata atau kalimat positif hal ini dilakukan untuk menghindari pikiran negatif yang ada. Ini adalah penggunaan kata-kata yang lebih positif yang dapat memperkuat hasil akhir pilihan anda dan tidak membawa sedikit dari setiap skenario yang tidak diinginkan yang mungkin membingungkan alam bawah sadar, contoh "saya siap menghadapi setiap tantangan, saya mampu saya layak dan saya bisa, saya mencintai diri saya, saya mencintai diri saya, saya sungguh-sungguh sangat mencintai seutuhnya."</p>			
--	--	--	--	--



	<p>d. Gunakan kalimat yang lebih spesifik seperti: "saya kuat dan luar biasa saya menyenangkan dan berkarisma, saya layak dicintai"</p> <p>e. Yakinkan diri dengan kalimat yang sudah ditentukan.</p>			
2	<p>Sesi II : Pelaksanaan Latihan Afirmasi</p> <p>a. Sebelum Latihan, buatlah diri sendiri rileks dan sebisa mungkin jernihkan pikiran</p> <p>b. Sebelum Latihan lakukan Tarik napas dalam</p> <p>c. Buat afirmasi seperti diatas. Untuk memperkuat hal tersebut bisa dituliskan pada sebuah catatan yang mudah dibaca</p>			
3	<p>Sesi III : Evaluasi</p> <p>a. Perasaan setelah dilakukan Latihan Afirmasi positif</p> <p>b. Menganjurkan pada klien untuk melakukan Latihan afirmasi positif sebanyak tiga kali dalam sehari atau setiap malam sebelum tidur</p>			