

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Harga Diri Rendah

1. Pengertian

Harga diri rendah menurut Coopersmith merupakan evaluasi atau penilaian yang dibuat oleh seorang individu mengenai dirinya sendiri, di mana evaluasi diri tersebut merupakan hasil dari interaksi antara individu dengan lingkungannya serta perlakuan orang lain terhadap dirinya. Evaluasi ini diekspresikan dengan sikap setuju atau tidak setuju, tingkat keyakinan individu terhadap dirinya sendiri sebagai orang yang mampu, penting, berhasil, dan berharga atau tidak (Wangge, 2014).

Harga diri rendah merupakan evaluasi diri yang negatif, berupa mengkritik diri sendiri, dimana seseorang memiliki pikiran negatif dan percaya bahwa mereka ditakdirkan untuk gagal (Rahayu, Mustikasari & Daulima, 2019). Harga diri rendah merupakan perasaan negatif terhadap dirinya sendiri, termasuk kehilangan kepercayaan diri, tidak berharga, tidak berguna, pesimis, tidak ada harapan dan putus asa (Purwasih & Susilowati, 2016).

Harga diri rendah merupakan keadaan dimana individu mengalami evaluasi diri negatif tentang kemampuan dirinya. Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa harga diri rendah yaitu dimana individu mengalami gangguan dalam penilaian terhadap dirinya sendiri dan kemampuan yang

dimiliki, yang menjadikan hilangnya rasa kepercayaan diri akibat evaluasi negatif yang berlangsung dalam waktu yang lama karena merasa gagal dalam mencapai keinginan (Febrina, 2018).

2. Etiologi

Faktor yang mempengaruhi harga diri rendah kronis meliputi faktor predisposisi dan faktor presipitasi yaitu (Diana, 2020) :

a. Faktor predisposisi

- 1) Faktor yang mempengaruhi harga diri rendah meliputi penolakan dari orang tua, seperti tidak dikasih pujian, dan sikap orang tua yang terlalu mengekang, sehingga anak menjadi frustrasi dan merasa tidak berguna lagi serta merasa rendah diri.
- 2) Faktor yang mempengaruhi harga diri rendah juga meliputi ideal diri seperti dituntut untuk selalu berhasil dan tidak boleh berbuat salah, sehingga anak kehilangan rasa percaya diri.

b. Faktor presipitasi

Faktor presipitasi ditimbulkan dari sumber internal dan eksternal misalnya ada salah satu anggota yang mengalami gangguan mental sehingga keluarga merasa malu dan rendah diri. Pengalaman traumatik juga dapat menimbulkan harga diri rendah seperti penganiayaan seksual, kecelakaan yang menyebabkan seseorang dirawat di rumah sakit dengan pemasangan alat bantu yang tidak

nyaman baginya. Respon terhadap trauma umumnya akan mengubah arti trauma dan kopingnya menjadi represi dan denial.

3. Manifestasi Klinis

Tanda dan gejala harga diri rendah yaitu (Rahma, 2019) :

- a. Perasaan malu terhadap diri sendiri karena adanya penyakit atau karena adanya tindakan terhadap penyakit
- b. Perasaan bersalah terhadap diri sendiri, individu merasa tidak mampu dan tidak berguna serta memandang bahwa dirinya lemah.
- c. Gangguan hubungan sosial, misalnya seseorang menarik diri dari masyarakat. Individu merasa bahwa dirinya tidak berguna sehingga mengakibatkan klien merasa lebih suka menyendiri dan enggan untuk berinteraksi dengan lingkungan masyarakat.
- d. Merendahkan martabat. Individu merasa dirinya lemah, merasa bodoh, merasa tidak mampu dalam melakukan segala hal, dan individu merasa tidak tahu apa-apa, mengabaikan bahkan menolak kemampuan yang dimiliki sehingga produktivitas individu menurun.
- e. Kurangnya rasa percaya diri. Individu merasa ragu saat mengambil keputusan, individu tidak memiliki rasa percaya pada dirinya dan individu selalu memandang dirinya negatif.
- f. Mencederai diri sendiri dan orang lain. Akibat harga diri rendah individu memandang hidupnya pesimis, tidak berguna sehingga

terdorong untuk merusak atau mengakhiri hidupnya. Bahkan klien dengan harga diri rendah timbul perasaan benci dan dapat menimbulkan perilaku kekerasan terhadap lingkungan sekitar.

4. Jenis Harga Diri Rendah

Gangguan harga diri rendah atau harga diri rendah dapat terjadi secara (Rahma, 2019) :

a. Situasional

Harga diri rendah situasional dapat diartikan harga diri rendah yang terjadi karena adanya trauma yang terjadi secara tiba-tiba, misalnya karena kecelakaan, harus melakukan operasi, diceraikan pasangan, putus sekolah, kehilangan pekerjaan, dan adanya trauma di masa lalu.

b. Kronik

Harga diri rendah kronik disebabkan karena persepsi negatif terhadap diri sendiri yang telah berlangsung lama, yaitu cara berpikir yang negatif yang dimiliki sebelum sakit atau sesudah dirawat. Kejadian sakit dan dirawat dapat meningkatkan persepsi negatif terhadap dirinya.

5. Rentang Respon Harga Diri Rendah

Gambar 1 Skema Rentang Respon Harga Diri Rendah



(Nurhalimah, 2018)

a. Respon adaptif

Respon Adaptif merupakan respon ketika individu dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan serta keadaan dan mampu mengatasi masalah sesuai dengan norma-norma sosial.

- 1) Aktualisasi diri adalah ketepatan individu dalam menempatkan dirinya sesuai dengan kemampuan yang dimiliki.
- 2) Konsep diri positif adalah pandangan, penilaian, serta pemikiran yang baik individu terhadap dirinya, sehingga individu mampu menempatkan aspek aspek positif yang dimiliki.

b. Respon Maladaptif

Respon Maladaptif adalah sebuah respon ketika individu tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan serta ketidakmampuan individu dalam menyelesaikan suatu masalah.

- 1) Harga diri rendah adalah suatu pemikiran individu dimana seseorang memandang negatif terhadap dirinya sehingga individu merasa dirinya lemah, tidak berguna, serta ditandai dengan hilangnya kepercayaan diri dan merasa gagal dalam mencapai keinginan.
- 2) Kerancuan identitas adalah kekacauan identitas dimana individu memandang dirinya penuh keraguan, sulit dalam menetapkan keinginan dan ketidakmampuan individu dalam mengambil keputusan.
- 3) Depersonalisasi adalah suatu bentuk kepribadian seseorang yang tidak mampu berinteraksi dengan orang lain secara langsung karena individu memiliki perasaan bahwa hal-hal yang disekitarnya tidak nyata.

B. Proses Keperawatan

1. Pengkajian

Menurut Atun (2018) pengkajian adalah tahap awal dan utama dari proses keperawatan jiwa. Tahap pengkajian terdiri atas pengumpulan data dan perumusan kebutuhan atau masalah klien. Data pengkajian yaitu :

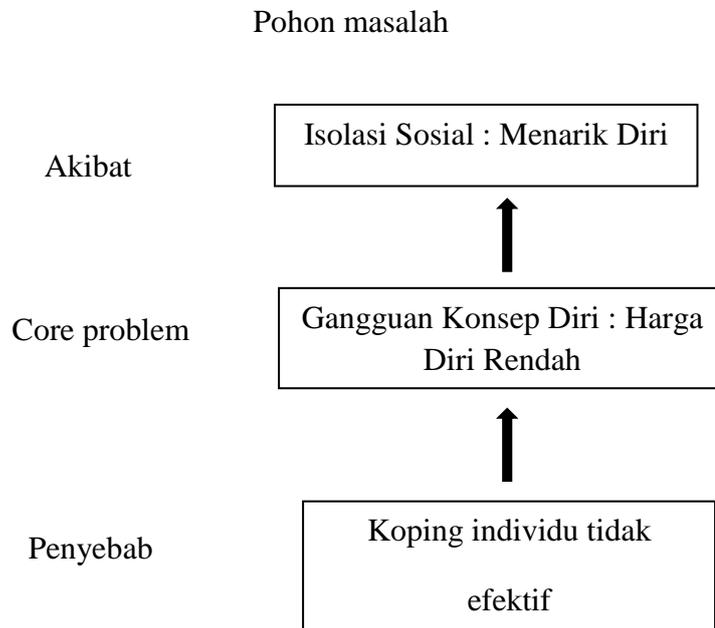
Tabel 1 Data pengkajian gangguan konsep diri : harga diri rendah

Data Subyektif	Data Obyektif
1. hal negatif diri sendiri atau orang lain	1. penurunan produktifitas
2. perasaan tidak mampu	2. tidak berani menatap lawan bicara
3. pandangan hidup yang pesimis	3. lebih banyak menundukkan kepala saat berinteraksi
4. penolakan terhadap kemampuan diri	4. bicara lambat dengan nada suara rendah
5. mengevaluasi diri tidak mampu mengatasi situasi	5. bimbang, perilaku yang non asertif
	6. mengekspresikan tidak berdaya dan tidak berguna

Standar Asuhan Keperawatan Jiwa

(UI, 2016)

Gambar 2 Pohon Masalah Harga Diri Rendah



2. Diagnosa Keperawatan

Diagnosa keperawatan adalah penilaian tentang respon manusia terhadap gangguan kesehatan atau proses kehidupan, atau kerentanan respon dari seorang individu, keluarga atau komunitas. Perumusan diagnosis keperawatan jiwa mengacu pada pohon masalah yang dibuat, sehingga rumusan diagnosis keperawatannya menggunakan *typology single diagnosis* (Putri, 2020).

a. Diagnosa yang mungkin muncul

- 1) Gangguan konsep diri: harga diri rendah
- 2) Isolasi sosial: menarik diri
- 3) Koping individu tidak efektif

3. Perencanaan Keperawatan

Perencanaan keperawatan adalah rangkaian tindakan yang dapat dilaksanakan untuk mencapai setiap tujuan. Tindakan keperawatan harus menggambarkan tindakan keperawatan yang mandiri, serta kerjasama dengan pasien, keluarga, kelompok, dan kolaborasi dengan tim kesehatan lain (Putri, 2020). Menurut buku Standar Asuhan Keperawatan Jiwa, intervensi yang dilakukan pada kasus ini adalah:

Diagnosa keperawatan : harga diri rendah

1. Tindakan keperawatan ners kepada klien

Tujuan :

- a. Mengidentifikasi penyebab, tanda dan gejala, proses terjadinya dan akibat harga diri rendah
- b. Mengidentifikasi kemampuan dan aspek positif yang dimiliki
- c. Menilai kemampuan yang dapat digunakan
- d. Menetapkan atau memilih kegiatan yang sesuai kemampuan
- e. Melatih kegiatan yang sudah dipilih sesuai kemampuan
- f. Melakukan kegiatan yang sudah dilatih

Tindakan

- 1) Mengidentifikasi kemampuan dan aspek positif yang masih dimiliki klien
 - a) Diskusikan bahwa sejumlah kemampuan dan aspek positif yang dimiliki pasien seperti kegiatan pasien di

- rumah sakit, di rumah, dalam keluarga dan lingkungan adanya keluarga dan lingkungan terdekat pasien.
- b) Berikan pujian yang realistik atau nyata dan jangan memberi penilaian yang negatif
- 2) Membantu klien menilai kemampuan yang dapat digunakan.
- a) Diskusikan dengan pasien kemampuan yang masih dapat digunakan saat ini.
 - b) Bantu pasien menyebutkannya dan memberi penguatan terhadap kemampuan diri yang diungkapkan pasien.
 - c) Tunjukkan respon yang kondusif dan jadilah pendengar yang aktif
- 3) Membantu klien memilih atau menetapkan kemampuan yang akan dilatih
- a) Diskusikan bersama pasien beberapa kegiatan yang dapat dilakukan dan dipilih sebagai kegiatan yang akan pasien lakukan sehari-hari.
 - b) Bantu pasien menetapkan kegiatan mana yang dapat pasien lakukan secara mandiri, mana kegiatan yang memerlukan bantuan minimal dari keluarga dan kegiatan apa saja yang perlu bantuan penuh dari keluarga atau lingkungan terdekat pasien. Berikan contoh cara pelaksanaan kegiatan yang dapat dilakukan

pasien. Susun bersama pasien dan buat daftar kegiatan sehari-hari pasien.

- 4) Melatih kemampuan yang dipilih klien
 - a) Diskusikan dengan pasien untuk melatih kemampuan pertama yang dipilih
 - b) Melatih kemampuan pertama yang dipilih
 - c) Berikan dukungan dan pujian pada klien dengan latihan yang dilakukan

2. Tindakan keperawatan ners kepada keluarga

Tujuan: Keluarga mampu

- a. Mengetahui masalah harga diri rendah kronik
- b. Mengambil keputusan dalam merawat harga diri rendah
- c. Merawat klien dengan harga diri rendah
- d. Menciptakan lingkungan yang mendukung meningkatkan harga diri klien
- e. Memanfaatkan fasilitas pelayanan kesehatan untuk *follow up* dan mencegah kekambuhan

Tindakan

- 1) Mendiskusikan masalah yang dirasakan dalam merawat pasien
- 2) Menjelaskan pengertian, tanda dan gejala, proses terjadinya harga diri rendah dan mengambil keputusan merawat pasien
- 3) Mendiskusikan kemampuan atau aspek positif pasien yang pernah dimiliki sebelum dan setelah sakit

- 4) Melatih keluarga cara merawat harga diri rendah dan berikan pujian
- 5) Melatih keluarga memberi tanggung jawab kegiatan pertama yang dipilih pasien serta membimbing keluarga merawat harga diri rendah dan beri pujian

3. Tindakan keperawatan kelompok

Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) Terapi kelompok yang dapat dilakukan untuk klien dengan harga diri rendah kronik adalah :

- a. TAK stimulasi persepsi untuk harga diri rendah
 - 1) Sesi 1 : Identifikasi untuk harga diri rendah atau hal positif
 - 2) Sesi 2 : Melatih kemampuan atau hal positif pada diri
- b. TAK Sosialisasi
 - 1) Sesi 1 : kemampuan memperkenalkan diri
 - 2) Sesi 2 : kemampuan berkenalan
 - 3) Sesi 3 : kemampuan bercakap – cakap
 - 4) Sesi 4 : kemampuan bercakap – cakap topik tertentu
 - 5) Sesi 5 : kemampuan bercakap – cakap masalah pribadi
 - 6) Sesi 6 : kemampuan bekerjasama
 - 7) Sesi 7 : Evaluasi kemampuan sosialisasi.

4. Pelaksanaan Keperawatan

Pelaksanaan keperawatan merupakan standar dari asuhan yang berhubungan dengan aktivitas keperawatan profesional yang dilakukan

oleh perawat, dimana implementasi dilakukan pada pasien, keluarga dan komunitas berdasarkan rencana keperawatan yang dibuat (Damaiyanti, & Iskandar., 2014).

5. Evaluasi

Evaluasi dapat dilakukan dengan menggunakan pendekatan SOAP diantaranya sebagai berikut (Putri, 2020) :

Perumusan evaluasi formatif meliputi 4 komponen yang dikenal dengan SOAP yaitu:

- a. S (*subyektif*), respon subyektif pasien terhadap tindakan keperawatan yang telah dilaksanakan
- b. O (*obyektif*), respon obyektif pasien terhadap tindakan keperawatan yang telah dilaksanakan
- c. A (*assessment*), analisa ulang atas dasar subyektif dan obyektif untuk menyimpulkan apakah masalah tetap atau muncul masalah baru
- d. P (*planning*), perencanaan hasil dan analisa data

Dengan kriteria hasil menurut Nurhalimah (2018), pasien mampu:

- 1) Mengidentifikasi penyebab, tanda dan gejala, proses terjadinya dan akibat harga diri rendah
- 2) Mengidentifikasi kemampuan dan aspek positif yang dimiliki
- 3) Menilai kemampuan yang dapat digunakan

- 4) Menetapkan atau memilih kegiatan yang sesuai
- 5) Melatih kegiatan yang sudah dipilih sesuai kemampuan
- 6) Melakukan kegiatan yang sudah dilatih.