

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Gangguan Konsep Diri : Harga Diri Rendah**

##### **1. Pengertian**

Konsep diri adalah cara individu menilai dirinya, perpaduan antara penilaian subjektif dengan pikiran, sikap, serta persepsi individu terhadap dirinya. Konsep diri berkaitan dengan cara individu memandang dirinya yang akan mempengaruhi secara langsung pada harga diri atau cara individu dalam memberikan penilaian terhadap dirinya sehingga respon yang muncul akan sesuai dengan hasil dari penilaian diri tersebut (Wibowo *et al.*, 2023). Konsep diri menurut Rifai, Achmad (2020) adalah semua ide, pikiran, kepercayaan dan pendirian yang diketahui individu tentang dirinya dan mempengaruhi individu dalam hubungan dengan orang lain, termasuk persepsi individu akan sifat dan kemampuannya, interaksi dengan orang lain dan lingkungan dan nilai-nilai yang berkaitan dengan pengalaman dan objek, tujuan serta keinginannya.

Gangguan konsep diri adalah suatu kondisi dimana individu mengalami kondisi perubahan perasaan, pikiran atau pandangan dirinya sendiri (Ii & Pustaka, 2016). Sedangkan menurut Carpenito (2001 dalam (Manullang, 2021) gangguan konsep diri merupakan kondisi dimana individu mengalami atau berisiko mengalami kondisi perubahan pikiran atau pandangan dirinya sendiri yang negatif. Gangguan konsep diri meliputi

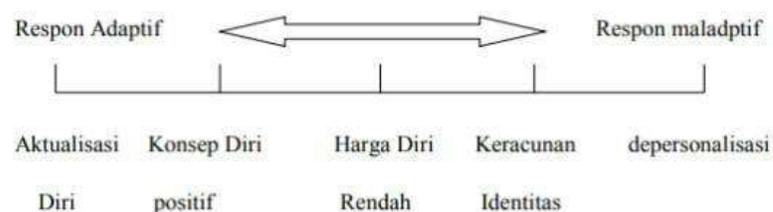
gangguan pada gambaran diri, ideal diri, penampilan peran, identitas diri, dan harga diri.

Harga diri rendah adalah perasaan diri negatif yang dikaitkan dengan perasaan lemah, tidak berdaya, putus asa, perasaan tidak berdaya, tidak berharga yang menyebabkan kehilangan rasa percaya diri, pesimis dalam kehidupannya (Wijayati *et al.*, 2020). Harga diri rendah adalah suatu pemikiran dan perasaan negatif terhadap diri sendiri sehingga penderita merasakan hilangnya rasa percaya diri, pesimis dan tidak berharga di kehidupannya (Hasanah, 2023).

Menurut Ayu (2019) dalam (Aprilian *et al.*, 2022), harga diri rendah merupakan evaluasi diri dan perasaan tentang diri atau kemampuan diri yang negatif terhadap diri sendiri, hilangnya percaya diri dan harga diri, merasa gagal dalam mencapai keinginan. Harga diri rendah adalah penilaian tentang pencapaian diri dengan menganalisa seberapa jauh perilaku sesuai dengan ideal diri (Fajariyah, 2012 dalam Rokhimmah, 2020).

## 2. Rentang Respon Konsep Diri

Rentang respon konsep diri menurut Kuntari & Nyumirah (2020) adalah sebagai berikut :



Gambar 2.1 Rentang respon konsep diri

Keterangan dari rentang respon konsep diri tersebut adalah :

a) Respon adaptif adalah suatu respon ketika individu mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan, keadaan dan mampu mengatasi masalahnya, yang meliputi :

1) Aktualisasi diri adalah pernyataan diri tentang konsep diri yang positif dengan latar belakang pengalaman nyata yang sukses dan dapat diterima

2) Konsep diri positif adalah apabila individu mempunyai pengalaman yang positif dalam beraktualisasi diri dan menyadari hal-hal positif maupun yang negatif dari dirinya.

b) Respon maladaptif adalah suatu respon ketika individu tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan serta ketidakmampuan individu dalam menyelesaikan masalahnya.

1) Harga diri rendah adalah perasaan diri negatif yang dikaitkan dengan perasaan lemah, tidak berdaya, putus asa, perasaan tidak berdaya, tidak berharga yang menyebabkan kehilangan rasa percaya diri, pesimis dalam kehidupannya (Wijayati *et al.*, 2020). Harga diri rendah merupakan sikap menolak dirinya sebagai sesuatu yang berharga dan tidak dapat bertanggung jawab pada kehidupannya sendiri menurut (Suyadi, 2019 dalam Putri 2023). Menurut Ayu (2019) dalam (Aprilian *et al.*, 2022), harga diri rendah merupakan evaluasi diri dan perasaan tentang diri atau kemampuan diri yang negatif terhadap diri sendiri, hilangnya percaya diri dan harga diri, merasa gagal dalam

mencapai keinginan. Harga diri rendah adalah penilaian tentang pencapaian diri dengan menganalisa seberapa jauh perilaku sesuai dengan ideal diri (Fajariyah, 2012 dalam Rokhimmah & Rahayu, (2020).

- 2) Kerancuan identitas, identitas diri kacau atau tidak jelas sehingga tidak memberikan kehidupan dengan mencapai tujuan.
- 3) Depersonalisasi (tidak mengenal diri) ; tidak mengenal diri yaitu mempunyai kepribadian yang kurang sehat, tidak mampu berhubungan dengan orang lain, tidak ada rasa percaya diri atau tidak dapat membina hubungan baik dengan orang lain.

### 3. Komponen Konsep Diri

Komponen konsep diri menurut Fajrin *et al* (2022) adalah sebagai berikut :

- a. Citra diri : merupakan adanya sadar dan ketidaksadaran pada tubuhnya yang diperoleh sikap individu. Hubungan ini melibatkan kesadaran dan perasaan tentang ukuran dan bentuk sekarang dan masa lalu, fungsi, penampilan, dan potensi tubuh.
- b. Identitas diri : merupakan munculnya kesadaran pada diri sendiri melalui observasi serta penilaian diri yang disebut dengan sintesa bagi semua aspek.
- c. Peran diri : merupakan pembentukan sikap, tindakan perilaku, nilai serta harapan individu mencapai rencana berlandaskan posisi di lingkungannya.

- d. Ideal diri : merupakan persepsi individu mengenai bagaimana bertindak sesuai dengan standarnya.
- e. Harga diri : merupakan penilaian yang dilakukan oleh diri individu untuk mengukur analisa mengenai pemenuhan citra tubuh, identitas, peran dan ideal pada diri individu.

#### 4. Jenis-Jenis Harga Diri Rendah

Menurut (PPNI, 2016 dalam Kronik *et al.*, 2023) jenis-jenis harga diri rendah sebagai berikut :

- a. Harga diri rendah kronik adalah evaluasi atau perasaan negatif terhadap diri sendiri atau kemampuan klien seperti tidak berarti, tidak berharga, tidak berdaya yang berlangsung dalam waktu lama dan terus-menerus.
- b. Harga diri rendah situasional merupakan evaluasi atau perasaan negatif terhadap diri sendiri atau kemampuan klien sebagai respon terhadap situasi saat ini.

#### 5. Penyebab Harga Diri Rendah

##### a. Faktor predisposisi

Menurut Sari *et al* (2023) faktor penyebab harga diri rendah meliputi faktor predisposisi adalah sebagai berikut :

##### 1) Perkembangan individu yang meliputi :

- a) Adanya penolakan dari orang tua, sehingga anak merasa tidak dicintai kemudian dampaknya anak gagal mencintai dirinya dan akan gagal pula untuk mencintai orang lain.

- b) Kurangnya pujian dan kurangnya pengakuan dari orang-orang tuanya atau orang tua yang penting/dekat individu yang bersangkutan
  - c) Sikap orang tua protektif, anak merasa tidak berguna, orang tua atau orang terdekat sering mengkritik sering merevidasi individu.
  - d) Anak menjadi frustrasi, putus asa merasa tidak berguna dan merasa rendah diri.
- 2) Ideal diri yang tidak tercapai, yaitu :
- a) Individu selalu dituntut untuk berhasil
  - b) Tidak mempunyai hak gagal dan berbuat salah
  - c) Anak dapat menghakimi dirinya sendiri sehingga menjadikan hilangnya rasa percaya diri
- b. Faktor presipitasi atau stressor pencetus dari munculnya harga diri rendah menurut Pardede, Keliat & Yulia (2020 dalam (Sudibyo & Zulva, 2023), ditimbulkan dari sumber internal dan eksternal seperti :
- 1) Gangguan fisik dan mental salah satu anggota keluarga sehingga keluarga merasa malu dan rendah diri
  - 2) Pengalaman traumatik berulang seperti penganiayaan seksual dan psikologis atau menyaksikan kejadian yang mengancam kehidupan, aniaya fisik, kecelakaan, bencana alam dan perampokan. Respon terhadap trauma pada umumnya akan mengubah arti trauma tersebut dan kopingnya adalah depresi dan denial.

## 6. Tanda dan Gejala Harga Diri Rendah

Tanda dan gejala harga diri rendah menurut NANDA (2016 dalam (Hadiansyah *et al.*, 2022) adalah :

- a. Mengejek dan mengkritik diri sendiri
- b. Meremehkan kemampuan menghadapi situasi
- c. Perilaku tidak asertif
- d. Perilaku tidak selaras
- e. Merasa tidak berarti atau berharga
- f. Minder dan merasa tidak mampu melakukan apapun
- g. Meremehkan kemampuan yang dimiliki
- h. Merasa tidak memiliki kelebihan
- i. Perasaan tidak berdaya
- j. Ungkapan negatif tentang diri.

Selain itu tanda gejala lain dari harga diri rendah menurut Trisongko & Prihatini (2024) sebagai berikut :

- a. Gejala mayor
  - 1) Data subyektif : menilai atau mengkritik diri negatif, merasa tidak berarti atau berharga, minder, merasa tidak mampu melakukan apapun, meremehkan kemampuan yang dimiliki, merasa tidak memiliki kelebihan
  - 2) Data obyektif : berjalan menunduk, postur tubuh menunduk, lesu, kontak mata yang kurang, bicara pelan dan lirih, ekspresi muka datar, pasif.

b. Gejala minor

1) Data subyektif : merasa sulit berkonsentrasi, mengatakan sulit tidur, mengungkapkan keputusan, tidak mampu mencoba hal baru, melebih-lebihkan penilaian negatif tentang diri sendiri, menolak penilaian positif tentang diri sendiri.

2) Data obyektif : bergantung pada pendapat orang lain, sulit membuat keputusan, menghindari orang lain, lebih senang menyendiri.

7. Akibat Harga Diri Rendah

Akibat jika seseorang mengalami harga diri rendah yaitu tidak akan berkembang dalam kehidupannya, merasa terkucil dan tidak mau berinteraksi dengan orang lain atau menarik diri karena merasa rendah diri dan tidak mempunyai kepercayaan diri. Seseorang dengan harga diri rendah dengan menyendiri maka cenderung akan berhalusinasi dan bisa menyebabkan depresi bahkan mungkin akan merusak lingkungan dan melakukan kekerasan pada orang lain. Gangguan jiwa yang terjadi dengan masalah harga diri rendah perlu menjadi perhatian dan penanganan khusus agar tidak berkelanjutan menjadi isolasi sosial hingga mengakibatkan bunuh diri (Maulana *et al.*, 2022).

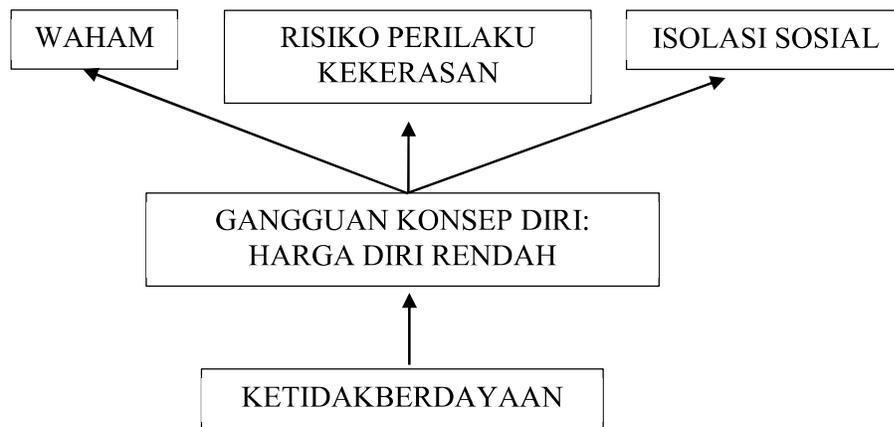
8. Proses Terjadinya Harga Diri Rendah

Harga diri rendah kronis terjadi merupakan proses kelanjutan dari harga diri rendah situasional yang tidak terselesaikan. Atau dapat juga terjadi karena individu tidak pernah mendapat *feed back* dari lingkungan tentang perilaku klien sebelumnya bahkan kecenderungan lingkungan yang

selalu memberi respon negatif mendorong individu menjadi harga diri rendah. Harga diri rendah kronis terjadi disebabkan banyak faktor. Awalnya individu berada pada suatu situasi yang penuh dengan stressor (krisis), individu berusaha menyelesaikan krisis tetapi tidak mampu atau merasa gagal menjalankan fungsi dan peran. Penilaian individu terhadap diri sendiri karena kegagalan menjalankan fungsi dan peran adalah kondisi harga diri rendah situasional, jika lingkungan tidak memberi dukungan positif atau justru menyalahkan individu dan terjadi secara terus menerus akan mengakibatkan individu mengalami harga diri rendah kronis (Syafitri, 2019).

#### 9. Pohon Masalah Harga Diri Rendah

Pohon masalah harga diri rendah menurut (Syafitri, 2019) adalah :



Bagan 2.1 Pohon masalah gangguan konsep diri : harga diri rendah

#### 10. Diagnosis Keperawatan Harga Diri Rendah

Menurut Kuntari (2019 dalam I. Sihombing et al., 2022) diagnosis yang berkaitan dengan harga diri rendah yaitu :

- a. Gangguan konsep diri : harga diri rendah
- b. Isolasi sosial
- c. Risiko perilaku kekerasan
- d. Ketidakberdayaan.

#### 11. Intervensi Keperawatan Harga Diri Rendah

Menurut Ansori *et al* (2022) rencana tindakan keperawatan yang diberikan secara terapeutik untuk meningkatkan harga diri adalah sebagai berikut :

- a. Tujuan umum : Klien mampu meningkatkan harga dirinya.
- b. Tujuan khusus :
  - 1) Tujuan khusus 1 : klien dapat membina hubungan saling percaya
    - a) Bina hubungan saling percaya dengan cara sapa klien dengan ramah baik verbal maupun non verbal, perkenalkan diri dengan sopan, tanya nama lengkap klien dan panggil dengan nama yang disukai, jelaskan tujuan pertemuan, jujur dan menepati janji, tunjukkan sikap empati dan menerima klien, beri perhatian pada klien.
    - b) Sediakan waktu untuk mendengarkan dan beri kesempatan untuk mengungkapkan perasaan tentang penyakit yang dideritanya.

- c) Katakan pada klien bahwa seorang yang berharga dan bertanggungjawab menolong dirinya sendiri.
- 2) Tujuan khusus 2 : klien dapat mengidentifikasi kemampuan dan aspek positif yang dimiliki
    - a) Diskusikan kemampuan dan aspek positif yang dimiliki klien dan beri pujian atas kemampuan mengungkapkan perasaan.
    - b) Saat bertemu klien, hindari memberi penilaian negatif, utamakan memberikan pujian yang realistis.
  - 3) Tujuan khusus 3 : klien dapat menilai kemampuan yang dapat digunakan dengan cara diskusikan kemampuan yang masih dapat digunakan selama sakit dan diskusikan juga kemampuan yang dapat dilanjutkan penggunaan di rumah sakit dan dirumah nanti
  - 4) Tujuan khusus 4 : klien dapat menetapkan dan merencanakan kegiatan sesuai dengan kemampuan yang dimiliki
    - a) Rencanakan bersama klien aktivitas yang dapat dilakukan setiap hari sesuai kemampuan-kemampuan mandiri, kegiatan dengan bantuan minimal, kegiatan dengan bantuan total
    - b) Tingkatkan kegiatan sesuai dengan toleransi kondisi klien dan beri contoh cara pelaksanaan kegiatan yang boleh dilakukan
  - 5) Tujuan khusus 5 : klien dapat melakukan kegiatan sesuai kondisi dan kemampuannya, yaitu beri kesempatan klien untuk mencoba kegiatan yang direncanakan, beri pujian atas keberhasilan klien dan diskusikan kemungkinan pelaksanaan dirumah.

## 12. Implementasi Keperawatan Harga Diri Rendah

Menurut (Syafitri, 2019) tujuan implementasi keperawatan harga diri rendah adalah :

- a. Klien dapat mengidentifikasi kemampuan dan aspek positif yang dimiliki dengan tindakan keperawatan mendiskusikan sejumlah kemampuan dan aspek positif yang dimiliki klien dirumah dan lingkungan terdekat klien. Beri pujian yang realistik atau nyata dan hindarkan setiap kali bertemu dengan klien penilaian yang negatif.
- b. Klien dapat menilai kemampuan yang dapat di gunakan. Mendiskusikan dengan klien kemampuan yang dapat digunakan saat ini, membantu klien menyebutkannya dan memberi penguatan terhadap kemampuan diri yang diungkapkan klien, perhatikan respon yang kondusif dan menjadi pendengar yang aktif.
- c. Klien dapat menentapkan atau memilih kegiatan yang sesuai kemampuan. Mendiskusikan dengan klien beberapa kegiatan yang dapat dilakukan dan dipilih sebagai kegiatan yang akan dilakukan sehari-hari, membantu klien menentukan kegiatan mana yang dapat lakukan secara mandiri, mana kegiatan yang memerlukan bantuan minimal dari keluarga atau lingkungan terdekat klien dan berikan contoh. Susun bersama klien dan buat daftar kegiatan sehari-hari klien.
- d. Klien dapat melatih kegiatan yang sudah dipilih sesuai kemampuannya. Mendiskusikan dengan klien untuk melatih kemampuan yang dipilih,

- bersama klien memperagakan kegiatan yang dipilihnya, berikan dukungan dan pujian pada setiap kegiatan yang dapat dilakukan klien
- e. Klien dapat menyusun jadwal untuk melakukan kegiatan yang sudah dilatih.

### 13. Evaluasi Keperawatan

Kemampuan yang diharapkan dari klien menurut Keliat (2016) yaitu :

- a. Klien dapat mengungkapkan kemampuan dan aspek positif yang dimiliki
- b. Klien dapat menilai kemampuan yang dapat dikerjakan
- c. Klien dapat melatih kemampuan yang dapat dikerjakan
- d. Klien dapat membuat jadwal kegiatan harian
- e. Klien dapat melakukan kegiatan sesuai jadwal kegiatan harian.

## B. Terapi Generalis

### 1. Pengertian

Menurut Sari *et al* (2023) terapi generalis yaitu salah satu jenis dari intervensi didalam melakukan terapi modalitas dalam bentuk yang standar asuhan keperawatan dengan menggunakan strategi komunikasi. Terapi yang efektif digunakan untuk meningkatkan tingkat harga diri yaitu strategi pelaksanaan terapi generalis untuk klien dengan gangguan konsep diri : harga diri rendah.

### 2. Tujuan

Tujuan dari diberikannya intervensi terapi generalis antara lain untuk melihat perubahan tanda dan gejala harga diri rendah pada klien dengan diagnosis keperawatan harga diri rendah (Ilmu *et al.*, 2023).

### 3. Standar Operasional Prosedur Tindakan

Prosedur yang dilakukan untuk meningkatkan harga diri yaitu dengan melaksanakan strategi pelaksanaan (SP 1-4) menggunakan komunikasi terapeutik yang terdiri dari fase orientasi, fase kerja dan terminasi. Hal ini sesuai dengan penelitian Dwiyanti & Jati (2019 dalam R. I. Sihombing et al., 2020) bahwa strategi pelaksanaan (SP 1-4) ini sangat efektif untuk meningkatkan harga diri, yaitu :

a. Strategi Pelaksanaan (SP) 1 : membina hubungan saling percaya, mengidentifikasi nilai-nilai positif yang dimiliki klien, menilai kemampuan yang dapat dilakukan di RSJ, membimbing menyusun kegiatan harian dan melatih melaksanakan satu kegiatan.

#### 1) Fase orientasi

- a) Memberikan salam terapeutik dan berkenalan
- b) Melakukan evaluasi dan validasi data
- c) Melakukan kontrak waktu, tempat, topik

#### 2) Fase kerja

- a) Menanyakan apa penyebab klien mempunyai perasaan malu
- b) Menanyakan apakah klien merasa tidak sempurna
- c) Menanyakan apakah ada perasaan khawatir terkait perasaan malunya
- d) Menanyakan apakah perasaan malu tersebut membuat klien tidak mau bergaul

- e) Menanyakan kebiasaan yang dilakukan klien apabila perasaan malu muncul
  - f) Mendiskusikan kemampuan dan aspek positif yang dimiliki
  - g) Menghindari penilaian aspek negatif
  - h) Membantu klien untuk menuliskan kegiatan harian pada format kegiatan yang sudah disediakan
  - i) Memberikan kesempatan pada klien untuk memilih satu kegiatan
  - j) Melatih dan memberi kesempatan kepada klien untuk mempraktekan kegiatan tersebut
  - k) Memberikan *reinforcement* positif .
- 3) Fase terminasi
- a) Mengevaluasi respon klien terhadap tindakan
  - b) Melakukan rencana tindak lanjut
  - c) Melakukan kontrak untuk pertemuan berikutnya
- b. Strategi Pelaksanaan (SP) 2 : membimbing klien melakukan kegiatan harian
- 1) Fase orientasi
- a) Memberikan salam terapeutik dan berkenalan
  - b) Melakukan evaluasi dan validasi data
  - c) Melakukan kontrak waktu, tempat, topik
- 2) Fase kerja
- a) Meminta klien untuk menyebutkan kegiatan yang akan dilakukan
  - b) Menjelaskan tujuan dilakukan kegiatan tersebut

- c) Menanyakan apakah klien sudah tahu bagaimana melakukan kegiatan tersebut
  - d) Menjelaskan cara melaksanakan kegiatan tersebut
  - e) Memberikan kesempatan kepada klien untuk mencoba kegiatan yang telah direncanakan
  - f) Memberikan *reinforcement* positif
- 3) Fase terminasi
- a) Mengevaluasi respon klien terhadap tindakan
  - b) Melakukan rencana tindak lanjut
  - c) Melakukan kontrak untuk pertemuan berikutnya
- c. Strategi Pelaksanaan (SP) 3 : Membimbing klien melakukan kegiatan harian
- 1) Fase orientasi
- a) Memberikan salam terapeutik dan berkenalan
  - b) Melakukan evaluasi dan validasi data
  - c) Melakukan kontrak waktu, tempat, topik
- 2) Fase kerja
- a) Meminta klien untuk menyebutkan kegiatan yang akan dilakukan
  - b) Menjelaskan tujuan dilakukan kegiatan tersebut
  - c) Menanyakan apakah klien sudah tahu bagaimana melakukan kegiatan tersebut
  - d) Menjelaskan cara melaksanakan kegiatan tersebut

- e) Memberikan kesempatan kepada klien untuk mencoba kegiatan yang telah direncanakan
  - f) Memberikan *reinforcement* positif
- 3) Fase terminasi
- a) Mengevaluasi respon klien terhadap tindakan
  - b) Melakukan rencana tindak lanjut
  - c) Melakukan kontrak untuk pertemuan berikutnya
- d. Strategi Pelaksanaan (SP) 4 : menjelaskan cara patuh minum obat
- 1) Fase orientasi
- a) Memberikan salam terapeutik dan berkenalan
  - b) Melakukan evaluasi dan validasi data
  - c) Melakukan kontrak waktu, tempat, topik
- 2) Fase kerja
- a) Menanyakan apakah klien tahu nama obat yang diminumnya
  - b) Menjelaskan nama dan warna obat yang diminum klien
  - c) Menjelaskan dosis dan frekwensi minum obat
  - d) Mendiskusikan indikasi atau manfaat minum obat
  - e) Mendiskusikan kerugian bila berhenti minum obat
  - f) Menjelaskan prinsip benar minum obat
  - g) Menganjurkan klien meminta obat dan minum obat tepat waktu
  - h) Menganjurkan klien untuk melapor pada dokter jika merasakan efek yang tidak menyenangkan
  - i) Memberikan *reinforcement* positif

3) Fase terminasi

- a) Mengevaluasi respon klien terhadap tindakan
- b) Melakukan rencana tindak lanjut
- c) Melakukan kontrak untuk pertemuan berikutnya