

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

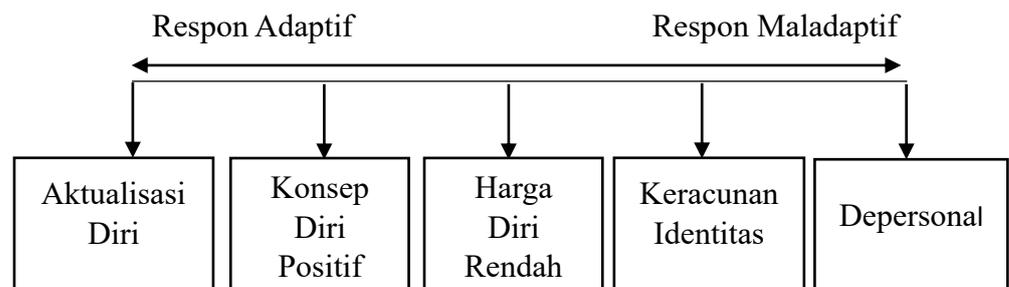
A. Konsep Dasar Harga Diri Rendah

1. Definisi Harga Diri Rendah

Harga diri rendah adalah ketika seseorang menilai seberapa baik mereka berhasil dengan melihat seberapa jauh perilaku mereka sesuai dengan standar mereka. Karena pandangan negatif tentang diri sendiri dan kemampuan mereka, perasaan rendah diri, tidak berharga, dan tidak penting terus berlanjut. Hal ini menyulitkan pasien dengan harga diri rendah untuk berinteraksi dengan orang lain (Rokhimmah dan Rahayu, 2020).

Harga diri rendah ialah perasaan negatif terhadap diri sendiri yang menyebabkan tidak mempunyai rasa percaya diri, pesimis, dan tidak berharga dalam kehidupan. Faktor-faktor yang menyebabkan harga diri rendah juga termasuk kehilangan rasa kasih sayang, perlakuan yang mengancam terhadap orang lain, dan hubungan interpersonal yang buruk (Atmojo dan Purbaningrum, 2021).

2. Rentang Respon Harga Diri Rendah



Keterangan :

- a. Aktualisasi diri : pernyataan konsep diri positif dengan pengalaman sukses.
- b. Konsep diri positif : mempunyai pengalaman positif dalam perwujudan dirinya.
- c. Harga diri rendah : perasaan yang negatif pada diri sendiri, hilangnya percaya diri, tidak berharga lagi, tidak berdaya, dan pesimis.
- d. Keracunan identitas : perasaan sulit membedakan diri sendiri dan merasa tidak nyata dan asing.
- e. Dipersonalisasi : perasaan sulit membedakan diri sendiri dan merasa tidak nyata dan asing

3. Komponen Konsep Diri

Menurut Yosep and Titin (2014) konsep diri merupakan gambaran mental individu tentang dirinya sendiri, yang terdiri dari berbagai komponen, termasuk :

a. Citra tubuh

Citra tubuh adalah sikap individu, baik sengaja maupun tidak terhadap tubuh mereka termasuk pandangan masa lalu atau sekarang tentang ukuran, fungsi, batasan, dan objek yang kontak terus menerus baik masa lalu maupun sekarang.

b. Ideal diri

Ideal diri adalah persepsi individu tentang apa yang harus dilakukan berdasarkan standar, aspirasi, tujuan, atau nilai yang dia yakini. Kepastian ideal diri dipengaruhi oleh budaya, keluarga, ambisi, keinginan, dan kapasitas individu untuk menyesuaikan diri dengan standar dan pencapaian pada masyarakat setempat. Ideal diri akan memunculkan asumsi individu untuk dirinya sendiri ketika berada di masyarakat umum dengan norma tertentu.

c. Peran diri

Peran adalah perkembangan dari pola sikap, perilaku, nilai, dan tujuan yang diharapkan oleh masyarakat sesuai posisinya di masyarakat. Peran memberikan sarana untuk berperan dalam lingkungan sosial dan merupakan cara untuk menguji identitas dengan memvalidasi pada orang yang berarti.

d. Harga Diri

Harga diri adalah penilaian diri terhadap hasil yang dicapai dengan menganalisa seberapa jauh perilaku memenuhi ideal diri. Orang akan merasa percaya diri yang tinggi dengan asumsi mereka sering mengalami prestasi. Sebaliknya, orang akan merasa rendah diri dengan asumsi mereka mengalami kekecewaan, tidak dihargai, atau tidak diakui oleh lingkungan.

e. Identitas diri

Identitas diri adalah kesadaran tentang diri sendiri yang dapat diperoleh individu dari persepsi dan penilaian tentang dirinya sendiri serta pemahaman bahwa dirinya tidak sama dengan orang lain. Yang dimaksud dengan kepribadian adalah suatu asosiasi, perpaduan dari semua gambaran utuh tentang dirinya, dan tidak terpengaruh oleh pencapaian tujuan, sifat, jabatan, dan peran. Dalam identitas diri ada otonomi yaitu mengerti, percaya diri, hormat terhadap diri, mampu menguasai diri dan menerima diri.

4. Etiologi

Harga diri rendah disebabkan oleh perasaan negatif tentang diri sendiri atau kemampuan diri dalam waktu lama yang dapat mengganggu kesehatan. Penyebab harga diri rendah juga dapat terjadi pada masa kanak-kanak, ketika orang-orang sering disalahkan dan jarang diberi pujian atas apa yang mereka lakukan. Saat seseorang menjadi remaja, mereka mendapati diri mereka tidak dihargai, tidak diberi kesempatan, atau tidak diterima. Gagal di sekolah, pekerjaan, atau pergaulan sering terjadi menjelang dewasa awal (Syafitri, 2020).

Menurut Suryani dan Efendi (2020) faktor predisposisi dan faktor presipitasi harga diri rendah ialah :

a. Faktor predisposisi

- 1) Aspek biologis. Sebagian besar klien memiliki riwayat gangguan jiwa sebelumnya (75%), Sebagian kecil memiliki

riwayat genetik (25%). Faktor genetik berperan dalam mencetuskan terjadinya gangguan jiwa pada diri seseorang. Sadock dan Sadock (2007) menyampaikan bahwa genetik memiliki peran pada pasien skizofrenia. Seseorang beresiko 10% jika salah satu orang tua menderita gangguan dan jika kedua orang tua memiliki riwayat gangguan maka resiko akan lebih besar, yaitu menjadi 40%.

- 2) Aspek psikologis. Pasien harga diri rendah yang diberikan terapi kognitif memiliki riwayat psikologis kurang percaya diri (90%). Menurut Stuart (2016) bahwa faktor psikologis meliputi konsep diri, intelektualitas, halusinasi, isolasi sosial, harga diri rendah, koping individu tidak efektif, kepribadian, moralitas, pengalaman masa lalu, koping dan keterampilan komunikasi secara verbal mempengaruhi perilaku seseorang dalam hubungannya dengan orang lain.
- 3) Aspek sosial budaya. Pasien yang diberikan terapi kognitif dan psikoedukasi keluarga memiliki masalah sosial budaya yang sangat berpengaruh yaitu tidak memiliki teman (85%), konflik keluarga (80%) dan status ekonomi rendah (70%). Townsend (2009) menyatakan bahwa status sosioekonomi yang rendah lebih banyak mengalami gangguan jiwa dibandingkan tingkat sosio ekonomi tinggi.

b. Faktor presipitasi

Faktor presipitasi terjadi harga diri rendah biasanya adalah kehilangan bagian tubuh, perubahan penampilan/bentuk tubuh, kegagalan atau produktifitas yang menurun. Secara umum, gangguan konsep diri harga diri rendah ini dapat terjadi secara situasional atau kronik. Secara situasional karena trauma yang muncul secara tiba-tiba, misalnya harus dioperasi, kecelakaan, perkosaan atau dipenjara. Termasuk dirawat dirumah sakit bisa menyebabkan harga diri rendah disebabkan karena penyakit fisik atau pemasangan alat bantu yang membuat klien tidak nyaman.

5. Tanda dan Gejala

Tanda dan gejala yang muncul pada klien harga diri rendah menurut PPNI (2016), sebagai berikut :

a. Tanda dan gejala mayor

1) Subjektif

- a) Menilai diri negatif
- b) Merasa malu/bersalah
- c) Merasa tidak mampu melakukan apapun
- d) Meremehkan kemampuan mengatasi masalah
- e) Merasa tidak memiliki kelebihan atau kemampuan positif
- f) Melebih-lebihkan penilaian negatif tentang diri sendiri
- g) Menolak penilaian positif tentang diri sendiri

2) Objektif

- a) Enggan mencoba hal baru
 - b) Berjalan menunduk
 - c) Postur tubuh menunduk
- b. Tanda dan gejala minor
- 1) Subjektif
 - a) Merasa sulit konsentrasi
 - b) Sulit tidur
 - c) Mengungkapkan keputusan
 - 2) Objektif
 - a) Kontak mata kurang.
 - b) Lesu dan tidak bergairah.
 - c) Berbincang pelan dan lirih.
 - d) Pasif.
 - e) Perilaku tidak asertif.
 - f) Mencari penguatan secara berlebihan.
 - g) Bergantung pada pendapat orang lain.
 - h) Sulit membuat keputusan.

6. Manifestasi Klinis

Menurut Ramadhani *et.al* (2021) tanda dan gejala pada harga diri rendah adalah :

- a. Data obyektif
 - 1) Penurunan produktivitas
 - 2) Destruktif yang diarahkan pada orang lain

- 3) Rasa diri penting yang berlebih
 - 4) Rasa bersalah
 - 5) Mudah tersinggung atau marah yang berlebihan
 - 6) Ketegangan peran yang di rasakan
 - 7) Keluhan fisik
 - 8) Pandangan hidup yang bertentangan
 - 9) Penolakan terhadap kemampuan personal
 - 10) Pengurangan diri
 - 11) Penyalahgunaan zat
 - 12) Menarik diri dari realitas
- b. Data subyektif
- 1) Mengkritik diri sendiri dan orang lain
 - 2) Gangguan dalam berhubungan
 - 3) Perasaan tidak mampu
 - 4) Perasaan negatif tentang dirinya sendiri
 - 5) Pandangan hidup yang pesimis

7. Proses Terjadinya Harga Diri Rendah

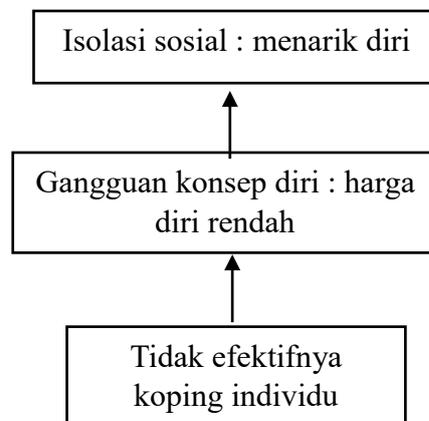
Proses terjadinya harga diri rendah pada klien skizofrenia adalah proses yang dapat dijelaskan dengan menganalisa stressor predisposisi dan presipitasi yang bersifat biologis, psikologis, dan sosial budaya sehingga dapat menghasilkan respon bersifat maladaptif yaitu perilaku harga diri rendah (Desi, 2019)

8. Mekanisme Koping

Mekanisme koping jangka panjang identitas negatif yaitu keyakinan negatif yang tidak sesuai dengan emosi seperti ansietas, bermusuhan, dan rasa bersalah (Sutejo 2017 dalam Zainudin *et al.*, 2022). Untuk keluar dari keterpurukan kita perlu menerapkan koping yang baik dalam individu. Tetapi jika koping yang baik tidak mampu kita terapkan pada individu maka akan mengakibatkan harga diri rendah Zainudin *et al* (2022).

9. Pohon Masalah

Hubungan ketiga masalah yang muncul tersebut tergambar dalam pohon masalah seperti yang ditunjukkan pada bagan 2.2 sebagai berikut :



10. Diagnosa Keperawatan

Diagnosis keperawatan adalah penilaian klinis tentang respons klien terhadap masalah kesehatan yang dialaminya, baik yang berlangsung aktual maupun potensial. Tujuan diagnosis keperawatan ini adalah untuk menentukan reaksi klien, keluarga, dan komunitas terhadap kondisi kesehatan (Hasdiana, 2018).

11. Fokus Intervensi

Tindakan keperawatan pada klien dengan masalah keperawatan harga diri rendah menurut Kusumaningtyas *et al* (2018) bertujuan umum agar klien dapat mengatasi masalah gangguan konsep diri : harga diri rendah dan tujuan khusus (TUK) sebagai berikut :

a. TUK 1

klien dapat membina hubungan saling percaya dengan kriteria hasil

- 1) klien dapat menunjukkan ekspresi wajah bersahabat
- 2) Menunjukkan rasa senang
- 3) Ada kontak mata
- 4) Mau berjabat tangan
- 5) Mau menyebutkan nama
- 6) Mau menjawab salam
- 7) Mau duduk berdampingan dengan perawat
- 8) Mau mengutarakan masalah yang dihadapinya

Rencana tindakan keperawatan

- 1) Ucapkan salam atau sapa klien dengan ramah
- 2) Jabat tangan dengan pasien
- 3) Perkenalkan diri dengann sopan
- 4) Tanyakan nama lengkap klien dan nama panggilan yang disukai
- 5) Jelaskan tujuan pertemuan

- 6) Buat kontrak topik, waktu, dan tempat setiap kali bertemu pasien
- 7) Tujukan sikap empati dan menerima klien apa adanya

b. TUK 2

Klien mampu mengenala konsep diri dengan kriteria hasil :

klien dapat mengidentifikasi kemampuan positif/kelebihan yang dimiliki

Rencana tindakan keperawatan

- 1) Diskusikan kemampuan dan aspek positif yang dimiliki pasien
- 2) Hindarkan dari penilaian negatif
- 3) Berikan pujian yang realistis
- 4) Diskusikan kemampuan positif klien yang dapat dilakukan dan dikembangkan

c. TUK 3

Klien dapat menetapkan perencanaan kegiatan sesuai kelebihan yang dimiliki dengan kriteria hasil :

- 1) Klien dapat membuat rencana kegiatan harian
- 2) Klien dapat melaksanakan kegiatan sesuai kelebihan yang dimiliki

Rencana tindakan keperawatan

- 1) Rencanakan aktivitas yang dapat dilakukan selama pasien dirawat

- 2) Diskusikan kemungkinan melaksanakan di rumah
- 3) Beri kesempatan klien untuk mencoba kegiatan yang telah direncanakan
- 4) Berikan pujian atas keberhasilan pasien

Untuk mempermudah pelaksanaan tindakan maka menggunakan Strategi Pelaksanaan Tindakan (SP) berikut :

a. Klien

1) SP 1

- a) Identifikasi kemampuan melakukan kegiatan aspek positif
- b) Bantu pasien menilai kegiatan yang dapat dilakukan saat ini
- c) Bantu pasien memilih salah satu kegiatan yang dapat dilakukan saat ini untuk dilatih
- d) Latih kegiatan yang dipilih
- e) Masukkan pada jadwal kegiatan untuk latihan dua kali perhari

2) SP 2

- a) Evaluasi kegiatan yang pertama yang telah dilatih dan berikan pujian
- b) Bantu pasien memilih kegiatan kedua
- c) Latih kegiatan kedua

d) Masukan pada jadwal kegiatan untuk latihan dua kegiatan dua kali sehari

3) SP 3

a) Evaluasi kegiatan pertama yang telah dilatih dan berikan pujian

b) Bantu pasien memilih kegiatan yang ketiga yang akan dilatih

c) Latih kegiatan ketiga

d) Masukan pada jadwal kegiatan untuk latihan tiga kegiatan, masing-masing dua kali sehari

4) SP 4

a) Evaluasi kegiatan pertama, kedua dan ketiga

b) Bantu pasien memilih kegiatan keempat yang akan dilatih

c) Latih kegiatan keempat

d) Masukan pada jadwal kegiatan untuk latihan keempat kegiatan masing-masing dua kali sehari

b. Keluarga

1) SP 1

a) Mendiskusikan masalah yang dirasakan keluarga dalam merawat klien

b) Menjelaskan pengertian, tanda dan gejala serta proses terjadinya harga diri rendah

c) Menjelaskan cara merawat merawat pasien dengan harga diri rendah

2) SP 2

a) Melatih keluarga memprakktekan cara merawat pasien dengan harga diri rendah

b) Melatih keluarga melakukan cara merawat langsung kepada pasien harga diri rendah

3) SP 3

Membantu keluarga membuat jadwal aktifitas di rumah termasuk minum obat.

12. Implementasi

Implementasi adalah fase di saat perawat menerapkan rencana atau intervensi keperawatan. Fase implementasi mencakup melakukan dan mendokumentasikan tindakan keperawatan khusus yang diperlukan untuk menerapkan perencanaan. Perawat melakukan atau mendelegasikan tindakan keperawatan untuk rencana yang disusun dalam tahap rencana, dan kemudian tahap implementasi diakhiri dengan mencatat tindakan keperawatan dan respons klien terhadap tindakan tersebut (Suwingnjo *et al* 2022 dalam Bustan, 2023) .

13. Evaluasi

Evaluasi merupakan penilaian dengan cara membandingkan perubahan keadaan klien (hasil yang diamati) dengan tujuan dan kriteria

hasil yang dibuat pada tahap perencanaan (Mukarromah *et al.*, 2021). Evaluasi dapat dilakukan dengan menggunakan SOAP sebagai pola pikinya.

- a. Subjektif (S) : respon subjektif keluarga terhadap intervensi keperawatan yang telah dilaksanakan.
- b. Objektif (O) : respon objektif keluarga terhadap tindakan keperawatan yang telah dilaksanakan.
- c. Analisa (A) : analisa ulang data subjektif dan objektif untuk menyimpulkan apakah masalah masih tetap atau muncul masalah baru atau ada data yang kontradikdif dengan masalah yang ada.
- d. Planning (P) : perencanaan atau tindak lanjut berdasar hasil analisa pada respon keluarga.

B. Konsep Terapi Generalis

1. Pengertian

Terapi generalis yaitu terapi yang umum digunakan pada klien skizofrenia, salah satunya adalah klien dengan masalah keperawatan harga diri rendah. Terapi generalis adalah terapi yang diberikan secara terjadwal kepada klien dengan gangguan jiwa untuk membantu mereka mencapai pemulihan dan meningkatkan kualitas hidup (Rinancy, 2022).

2. Manfaat

Manfaat terapi generalis pada pasien harga diri rendah yaitu untuk membantu klien meningkatkan rasa percaya diri dan harga diri

mereka. Terapi ini berfokus pada penanganan masalah umum yang sering dialami klien dengan harga diri rendah seperti persepsi diri negatif, kurangnya rasa percaya diri, rasa malu dan bersalah (Lisyance, 2018).

3. Prosedur

Menurut Utami, Hastuti dan Wardani (2019) terapi generalis pada klien harga diri rendah dapat dilakukan dengan menggunakan pendekatan SP 1-4, yaitu :

a. SP 1

Identifikasi kemampuan melakukan kegiatan aspek positif, bantu pasien menilai kegiatan yang dapat dilakukan saat ini, bantu pasien memilih salah satu kegiatan yang dapat dilakukan saat ini untuk dilatih, latih kegiatan yang dipilih, masukan pada jadwal kegiatan untuk latihan dua kali perhari.

b. SP 2

Evaluasi kegiatan yang pertama yang telah dilatih dan berikan pujian, bantu pasien memilih kegiatan kedua, latih kegiatan kedua, masukan pada jadwal kegiatan untuk latihan dua kegiatan dua kali perhari.

c. SP 3

Evaluasi kegiatan pertama yang telah dilatih dan berikan pujian, bantu pasien memilih kegiatan yang ketiga yang akan

dilatih, latih kegiatan ketiga, masukan pada jadwal kegiatan untuk latihan tiga kegiatan, masing-masing dua kali perhari.

d. SP 4

Evaluasi kegiatan pertama, kedua dan ketiga, bantu pasien memilih kegiatan keempat yang akan dilatih, latih kegiatan keempat, masukan pada jadwal kegiatan untuk latihan keempat kegiatan masing-masing dua kali perhari

C. Hubungan Terapi Generalis dengan Harga Diri Rendah

Terapi generalis merupakan latihan kemampuan positif yang digunakan untuk melihat aspek-aspek positif yang sebenarnya dimiliki oleh klien dengan terapi tersebut sehingga bisa membuat orang dengan masalah harga diri rendah memberikan hal positif terhadap perasaannya bahwa dirinya berguna dan bisa menjadi pribadi yang lebih baik (Rinancy, 2022).

D. Potensi Kasus Harga Diri Rendah

Menurut Wijayati *et al* (2020) harga diri rendah adalah evaluasi negatif terhadap diri sendiri dan kemampuan diri, yang disertai dengan kurangnya rasa percaya diri dan harga diri. Hal ini dapat berakibat pada berbagai masalah dalam kehidupan, seperti :

1. Hubungan interpersonal yang buruk : Orang dengan harga diri rendah mungkin merasa sulit untuk menjalin hubungan yang sehat dengan orang lain. Mereka mungkin juga merasa tidak pantas dicintai atau dihormati.

2. Masalah kesehatan mental : Harga diri rendah merupakan faktor risiko utama untuk berbagai masalah kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, dan gangguan makan.
3. Perilaku destruktif : Orang dengan harga diri rendah mungkin lebih rentan terhadap perilaku membahayakan diri sendiri.