

BAB II

TUJUAN PUSTAKA

A. Konsep Harga Diri Rendah

1. Definisi Harga Diri Rendah

Harga diri rendah adalah perasaan negatif terhadap dirinya sendiri menyebabkan kehilangan rasa percaya diri, pesimis, dan tidak berharga di kehidupan (Atmojo & Purbaningrum, 2021).

Harga diri rendah adalah evaluasi diri negatif yang dikaitkan dengan perasaan lemah, tidak berdaya, putus asa, ketakutan, rentan, rapuh, tidak lengkap, tidak berharga, dan tidak memadai (Wijayati et al., 2020).

Menurut Damaiyanti & Iskandar (2012) harga diri rendah ialah sebuah perasaan yang tidak berharga, merasa tidak berarti, dan merasa rendah diri dalam jangka waktu yang lama atau yang berkepanjangan akibat pemikiran negatif terhadap diri sendiri atau kemampuan diri yang dimiliki.

2. Komponen Konsep Diri

Konsep diri merupakan pandangan individu mengenai diri, semakin positif konsep diri individu, semakin positif individu melihat kemampuan diri dan pandangan mereka terhadap lingkungan (Hariyadi & Darmuki, 2019). Menurut Siallagan et al., (2021) komponen Konsep diri terdiri dari lima komponen yaitu citra tubuh, identitas personal, peran, ideal diri dan harga diri. Menurut Stuart dalam bukunya yang berjudul Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart Edisi 2 Keliat, (2013) komponen konsep diri antara lain:

a. Citra tubuh

Citra tubuh ialah kesatuan dari sikap sadar seseorang terhadap fungsi tubuh, penampilan, dan fungsi tubuh.

b. Ideal diri

Ideal diri merupakan pandangan seseorang tentang dirinya bagaimana harus bersikap yang di gunakan untuk menilai perilaku.

c. Harga diri

Harga diri ialah penilaian seseorang melalui analisis apakah kinerjanya sesuai dengan standar dan juga membandingkan dengan orang lain. Seseorang dengan harga diri yang tinggi merasa dirinya layak untuk di hormati dan bermartabat.

d. Peran

Peran merupakan sekumpulan pola perilaku yang di harapkan secara sosial berhubungan dengan fungsi dalam berbagai kelompok sosial.

e. Identitas diri

Identitas diri merupakan integrasi dari tuntutan dari internal dan eksternal dalam memahami diri sendiri. Seseorang dengan identitas diri yang jelas mengalami kesatuan kepribadian dan menganggap dirinya sebagai orang yang unik. Perasaan seseorang akan identitas dirinya akan memberikan arah dan tujuan hidupnya.

3. Etiologi Harga Diri Rendah

Menurut Saputra et al., (2021) etiologi atau penyebab harga diri rendah menurut PPNI (2016) yaitu :

- a. Pengalaman trauma di masa lalu
- b. Selalu tidak berhasil ketika melakukan sesuatu
- c. Jarang di hargai oleh orang lain
- d. Tidak mampu menyelesaikan masalah yang sifatnya berduka
- e. Memiliki masalah pada emosional
- f. Tidak mampu menyesuaikan budaya

4. Tanda dan Gejala Harga Diri Rendah

Menurut Suliswati (2005) dalam Rahmi Imelisa et al (2021) tanda dan gejala harga diri rendah yaitu :

- a. Merasa dirinya lebih rendah dari orang lain
- b. Mengkritik diri sendiri dan orang lain
- c. Gnagguan dalam berhubungan
- d. Rasa diri penting yang berlebihan
- e. Perasaan tidak mampu
- f. Rasa bersalah
- g. Pandangan hidup yang pesimis
- h. Penolakan terhadap kemampuan personal
- i. Menarik diri secara sosial
- j. Khawatir dan menarik diri dari realitas

5. Akibat Terjadinya Harga Diri Rendah

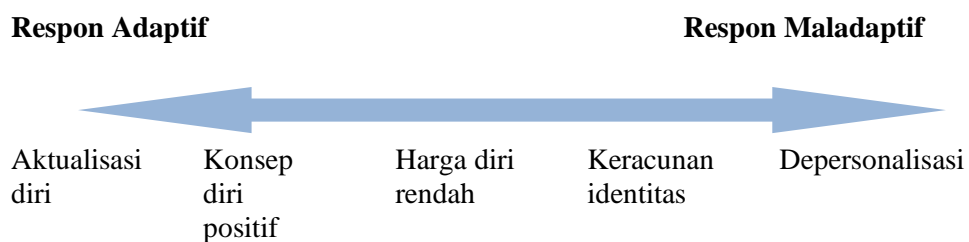
Menurut Jek Amidos Pardede et al (2022) akibat dari harga diri rendah dapat membuat seseorang menjadi enggan atau tidak mampu membina hubungan dengan orang lain sehingga terjadi perilaku mengisolasi dari lingkungan sosialnya. Disisi lain disaat seseorang

tersebut dipermalukan di depan orang lain karena dianggap tidak mampu dapat membuatnya melakukan kekerasan yang bisa ditujukan pada dirinya, orang lain, maupun lingkungannya.

6. Rentang Respon Harga Diri Rendah

Berikut ini rentang respon harga diri rendah menurut Rahmi Imelisa et al., (2021) :

Gambar 2. 1 Rentang Respon



a. Aktualisasi diri

Pernyataan diri tentang konsep diri yang positif dengan latar belakang pengalaman nyata yang sukses dan dapat diterima.

b. Konsep diri positif

Bagaimana seseorang memandang apa yang ada pada dirinya meliputi citra dirinya, ideal dirinya, harga dirinya, penampilan peran, serta identitas dirinya secara positif (Damaiyanti & Iskandar, 2012).

c. Harga diri rendah

Individu cenderung untuk menilai dirinya negatif dan merasa rendah dari orang lain. Individu dengan harga diri rendah mudah mengkritik diri sendiri dan mengatakan hal-hal negatif tentang diri sendiri, seperti “saya bodoh”, “saya pasti tidak bisa”, “saya lebih rendah daripada dia”, “saya bukan siapa-siapa”, dan sebagainya.

d. Keracunan identitas

Kegagalan individu dalam mengintegrasikan aspek-aspek identitas masa kanak-kanak ke dalam kematangan aspek psikososial kepribadian pada masa dewasa yang harmonis.

e. Depersonalisasi

Perasaan yang tidak realistis dan asing terhadap diri sendiri yang berhubungan dengan kecemasan, kepanikan serta tidak dapat membedakan dirinya dengan orang lain.

7. Proses Terjadinya Harga Diri Rendah

Menurut Pujiningsih (2021) hasil riset Malhi tahun 2008 menyimpulkan bahwa harga diri rendah diakibatkan oleh rendahnya cita-cita seseorang. Hal ini mengakibatkan berkurangnya tantangan dalam mencapai tujuan. Tantangan yang rendah menyebabkan upaya yang rendah, selanjutnya hal ini menyebabkan penampilan seseorang yang tidak optimal.

Penyebab harga diri rendah ialah pada masa kecil ia sering disalahkan, jarang di beri pujian atas keberhasilannya. Saat individu mencapai masa remaja nya keberadaannya kurang di hargai, tidak di beri kesempatan dan tidak diterima. Menjelang dewasa awal sering gagal disekolah, pekerjaan, atau pergaulan. Harga diri rendah muncul saat lingkungan cenderung mengucilkan dan menuntut lebih dari kemampuannya.

8. Penatalaksanaan Terapi Modalitas

Menurut Sumantrie (2022) terapi modalitas ialah berbagai

pendekatan penanganan klien gangguan jiwa yang bervariasi, yang bertujuan untuk mengubah perilaku klien dengan gangguan jiwa dengan perilaku maladaptifnya menjadi perilaku yang adaptif. Menurut Ruswadi, (2021) terapi modalitas diantaranya :

a. Terapi keluarga

Merupakan terapi yang di berikan kepada seluruh anggota keluarga baik dalam motivasi, spirit, dan juga sebagai unit penanganan. Tujuan terapi keluarga yaitu untuk mengalami disfungsi dan memenuhi fungsi solusi yang dapat terbaik ke arah perbaikan.

b. Terapi biologis

Terapi ini dilakukan untuk mendalami bagaimana penyakit jiwa yang terjadi, apakah dari faktor biokomiawi atau faktor lainnya.

c. Terapi kognitif

Merupakan satu strategi mengubah keyakinan dan sikap yang mempengaruhi perasaan dan perilaku pasien.

d. Terapi perilaku

Terapi perilaku diteria bai oje lormodel.

e. Terapi Aktivitas Kelompok

B. Konsep Dasar Proses Keperawatan

1. Pengkajian

a. Faktor Predisposisi

Menurut Yosep (2009) dalam Damaiyanti & Iskandar (2012) faktor predisposisi terjadinya harga diri rendah yaitu penolakan orang tua yang tidak realistis, kegagalan berulang kali, kurang mempunyai

tanggung jawab profesional, ketergantungan pada orang lain, ideal diri yang tidak realistis.

b. Faktor Presipitasi

Menurut Mudakir (2019) faktor presipitasi ialah stimulus internal maupun eksternal yang mengancam individu. Menurut Sunaryo (2004) dalam Damaiyanti & Iskandar (2012) faktor presipitasi meliputi :

- 1) Konflik peran terjadi apabila peran yang diinginkan individu, sedang diduduki individu lain.
- 2) Peran yang tidak jelas apabila individu diberikan peran yang kabur, sesuai perilaku yang diharapkan.
- 3) Peran yang tidak sesuai terjadi apabila individu dalam proses peralihan mengubah nilai dan sikap.
- 4) Peran berlebihan terjadi jika seseorang individu memiliki banyak peran dalam hidupnya.

c. Perilaku

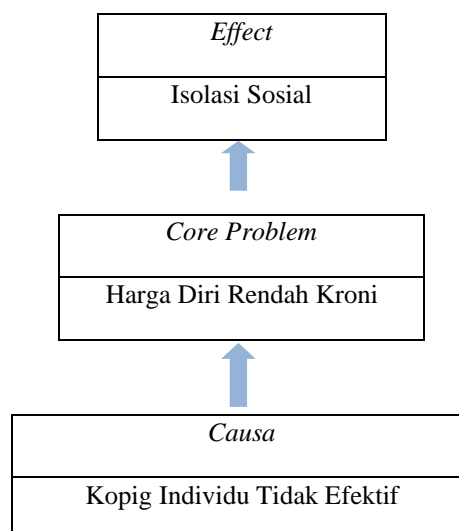
Menurut Stuart (2006) dalam Damaiyanti & Iskandar (2012) perilaku yang berhubungan dengan harga diri rendah kronik, ialah :

- 1) Mengkritik diri sendiri dan orang lain
- 2) Penurunan produktivitas
- 3) Destruktif (perasaan tidak senang) yang di rasakan orang lain
- 4) Gangguan dalam berhubungan
- 5) Rasa diri penting yang berlebihan
- 6) Perasaan tidak mampu

- 7) Rasa bersalah
- 8) Mudah tersinggung atau marah yang berlebihan
- 9) Perasaan negatif tentang tubuhnya sendiri
- 10) Ketegangan peran yang dirasakan
- 11) Pandangan hidup yang pesimis
- 12) Keluhan fisik
- 13) Pandangan hidup yang bertentangan
- 14) Penolakan terhadap kemampuan personal
- 15) Destruktif terhadap diri sendiri
- 16) Pengurangan diri
- 17) Menarik diri secara sosial
- 18) Penyalahgunaan zat
- 19) Menarik diri dari realitas
- 20) Khawatir

2. Pohon Masalah

Gambar 2. 2 Pohon Masalah



Ada beberapa diagnosa keperawatan yang sering ditemukan pada klien dengan Harga Diri Rendah yaitu :

- a. Harga Diri Rendah Kronik
- b. Koping Individu Tidak Efektif
- c. Isolasi Sosial

3. Rencana Tindakan

Tabel 2.1 Rencana Tindakan Keperawatan

SDKI	SLKI	SIKI																									
Harga diri rendah kronik	<p>Harga Diri (L.09069)</p> <p>Setelah dilakukanx pertemuan diharapkan pasien mampu memenuhi kriteria hasil :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Penilaian diri positif <table border="1" style="margin-left: 40px;"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> </tr> </table> 2. Perasaan memiliki kemampuan atau kelebihan positif <table border="1" style="margin-left: 40px;"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> </tr> </table> 3. Penerimaan penilaian positif terhadap diri sendiri <table border="1" style="margin-left: 40px;"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> </tr> </table> 4. Minat mencoba hal baru <table border="1" style="margin-left: 40px;"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> </tr> </table> 5. Belajar menampakkan wajah <table border="1" style="margin-left: 40px;"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> </tr> </table> 6. Postur tubuh menampakkan wajah 	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	<p>Promosi Harga Diri I.0935</p> <p>Observasi :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.1. Identifikasi budaya, agama, ras, jenis kelamin, dan usia terhadap harga diri 1.2. Monitor verbalisasi yang merendahkan diri sendiri 1.3. Monitor tingkat harga diri setiap waktu, sesuai kebutuhan <p>Terapeutik :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.4. Motivasi terlibat dalam verbalisasi positif untuk diri sendiri 1.5. Motivasi menerima tantangan atau hal baru 1.6. Diskusikan pernyataan tentang harga diri 1.7. Diskusikan kepercayaan terhadap penilaian diri 1.8. Diskusikan pengalaman yang
1	2	3	4	5																							
1	2	3	4	5																							
1	2	3	4	5																							
1	2	3	4	5																							
1	2	3	4	5																							

	<p>1 2 3 4 5</p> <p>7. Konsentrasi tidur</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>8. Kontak mata</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>9. Gairah aktivitas</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>10. Aktif</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>11. Percaya diri berbicara</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>12. Perilaku asertif</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>13. Kemampuan membuat keputusan</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>Skala Indikator :</p> <p>1: Menurun</p> <p>2: Cukup menurun</p> <p>3: Sedang</p> <p>4: Cukup Meningkat</p> <p>5: Meningkat</p> <p>14. Perasaan malu</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>15. Perasaan bersalah</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>16. Perasaan tidak mampu melakukan apapun</p>	<p>meningkatkan harga diri</p> <p>1.9. Diskusikan persepsi negatif diri</p> <p>1.10. Diskusikan alasan mengkritik diri atau rasa bersalah</p> <p>1.11. Diskusikan penetapan tujuan realistis untuk mencapai harga diri yang lebih tinggi</p> <p>1.12. Diskusikan bersama keluarga untuk menetapkan harapan dan batasan yang jelas</p> <p>1.13. Berikan umpan balik positif atas peningkatan mencapai tujuan</p> <p>1.14. Fasilitasi lingkungan dan aktivitas yang meningkatkan harga diri</p> <p>Edukasi</p> <p>1.15. Jelaskan kepada keluarga pentingnya dukungan dalam perkembangan konsep positif diri pasien</p> <p>1.16. Anjurkan mengidentifikasi kekuatan yang dimiliki</p> <p>1.17. Anjurkan mempertahankan kontak mata saat berkomunikasi dengan orang lain</p> <p>1.18. Anjurkan membuka diri terhadap kritik negatif</p> <p>1.19. Anjurkan mengevaluasi perilaku</p> <p>1.20. Ajarkan cara mengatasi <i>bullying</i></p> <p>1.21. Latih peningkatan tanggung jawab</p>
--	---	---

	<table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td> </tr> </table> <p>17. Meremehkan kemampuan mengatasi masalah</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td> </tr> </table> <p>18. Ketergantungan pada penguatan secara berlebihan</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td> </tr> </table> <p>19. Pencarian penguatan secara berlebihan</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td> </tr> </table> <p>Skala Indikator :</p> <p>1: Meningkat</p> <p>2: Cukup meningkat</p> <p>3: Sedang</p> <p>4: Cukup menurun</p> <p>5: Menurun</p>	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	<p>untuk diri sendiri</p> <p>1.22. Latih pernyataan/ kemampuan positif diri</p> <p>1.23. Latih cara berfikir dan berperilaku positif</p> <p>1.24. Latih meningkatkan kepercayaan pada kemampuan dalam menangani situasi</p>
1	2	3	4	5																		
1	2	3	4	5																		
1	2	3	4	5																		
1	2	3	4	5																		
<p>Koping Individu Tidak Efektif</p>	<p>Status Koping (L. 09086)</p> <p>Setelah dilakukanx pertemuan diharapkan pasien mampu memenuhi kriteria hasil :</p> <p>1. Kemampuan memenuhi peran sesuai usia</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td> </tr> </table> <p>2. Perilaku koping adaptif</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td> </tr> </table> <p>3. Verbalisasi kemampuan mengatasi masalah</p>	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	<p>Promosi Koping (I. 09312)</p> <p>Observasi</p> <p>2.1 Identifikasi kegiatan jangka pendek dan panjang sesuai tujuan</p> <p>2.2 Identifikasi kemampuan yang dimiliki</p> <p>2.3 Identifikasi sumber daya yang tersedia untuk memenuhi tujuan</p> <p>2.4 Identifikasi pemahaman proses penyakit</p> <p>2.5 Identifikasi dampak situasi terhadap peran dan hubungan</p> <p>2.6 Identifikasi metode penyelesaian</p>										
1	2	3	4	5																		
1	2	3	4	5																		

	<table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td> </tr> </table> <p>4. Verbalisasi pengakuan masalah</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td> </tr> </table> <p>5. Verbalisasi kelemahan diri</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td> </tr> </table> <p>6. Perilaku asertif</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td> </tr> </table> <p>7. Partisipasi sosial</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td> </tr> </table> <p>8. Tanggung jawab diri</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td> </tr> </table> <p>9. Orientasi realitas</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td> </tr> </table> <p>10. Mita mengikuti perawatan/pengobatan</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td> </tr> </table> <p>11. Kemampuan membina hubungan</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td> </tr> </table> <p>Skala Indikator :</p> <p>1 : Menurun</p> <p>2 : Cukup menurun</p> <p>3 : Sedang</p> <p>4: Cukup Meningkatkan</p> <p>5 : Meningkatkan</p> <p>12. Verbalisasi menyalahkan orang lain</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td> </tr> </table> <p>13. Verbalisasi rasionalisasi</p>	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	<p>masalah</p> <p>2.7 Identifikasi kebutuhan dan keinginan terhadap dukungan sosial</p> <p>Terapeutik</p> <p>2.8 Diskusikan perubahan peran yang dialami</p> <p>2.9 Gunakan pendekatan yang tenang dan meyakinkan</p> <p>2.10 Diskusikan alasan mengkritik diri sendiri</p> <p>2.11 Diskusikan untuk mengklarifikasi kesalahpahaman dan mengevaluasi perilaku sendiri</p> <p>2.12 Diskusikan konsekuensi tidak menggunakan rasa bersalah dan rasa malu</p> <p>2.13 Diskusikan risiko yang menimbulkan bahaya pada diri sendiri</p> <p>2.14 Fasilitasi dalam memperoleh informasi yang dibutuhkan</p> <p>2.15 Berikan pilihan realistis mengenai aspek-aspek tertentu dalam perawatan</p> <p>2.16 Motivasi untuk menentukan harapan yang realistis</p> <p>2.17 Tinjau kembali kemampuan dalam pengambilan keputusan</p>
1	2	3	4	5																																																
1	2	3	4	5																																																
1	2	3	4	5																																																
1	2	3	4	5																																																
1	2	3	4	5																																																
1	2	3	4	5																																																
1	2	3	4	5																																																
1	2	3	4	5																																																
1	2	3	4	5																																																
1	2	3	4	5																																																

	<p>kegagalan</p> <table border="1" data-bbox="587 286 842 353"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> </tr> </table> <p>14. Hipersensitif terhadap kritik</p> <table border="1" data-bbox="587 421 842 488"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> </tr> </table> <p>15. Perilaku penyalahgunaan zat</p> <table border="1" data-bbox="587 555 842 622"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> </tr> </table> <p>16. Perilaku manipulasi</p> <table border="1" data-bbox="587 689 842 757"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> </tr> </table> <p>17. Perilaku permusuhan</p> <table border="1" data-bbox="587 824 842 891"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> </tr> </table> <p>18. Perilaku superior</p> <table border="1" data-bbox="587 958 842 1025"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> </tr> </table> <p>Skala Indikator</p> <p>1: Meningkat</p> <p>2: Cukup meningkat</p> <p>3: Sedang</p> <p>4: Cukup menurun</p> <p>5: Menurun</p>	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	<p>2.18Hindari mengambil keputusan saat pasien berada di bawah tekanan</p> <p>2.19Motivasi terlibat dalam kegiatan sosial</p> <p>2.20Motivasi mengidentifikasi sistem pendukung yang tersedia</p> <p>2.21Dampingi saat berduka</p> <p>2.22Perkenalkan dengan orang atau kelompok yang berhasil mengalami pengalaman sama</p> <p>2.23Dukung penggunaan mekanisme pertahanan yang tepat</p> <p>2.24Kurangi rangsangan lingkungan yang mengancam</p> <p>Edukasi</p> <p>2.25Anjurkan menjalin hubungan yang memiliki kepentingan dan tujuan sama</p> <p>2.26Anjurkan penggunaan sumber spiritual, <i>jika perlu</i></p> <p>2.27Anjurkan mengungkapkan perasaan dan persepsi</p> <p>2.28Anjurkan keluarga terlibat</p> <p>2.29Anjurkan membuat tujuan yang lebih spesifik</p> <p>2.30Ajarkan cara memecahkan masalah secara konstruktif</p> <p>2.31Latih penggunaan teknik relaksasi</p> <p>2.32Latih keterampilan sosial, <i>sesuai</i></p>
1	2	3	4	5																												
1	2	3	4	5																												
1	2	3	4	5																												
1	2	3	4	5																												
1	2	3	4	5																												
1	2	3	4	5																												

		<p><i>kebutuhan</i></p> <p>2.33Latih mengembangkan penilaian obyektif</p>																														
Isolasi Sosial	<p>Keterlibatan Sosial (L.13115)</p> <p>Setelah dilakukanx pertemuan diharapkan pasien mampu memenuhi kriteria hasil :</p> <p>1. Minat interaksi</p> <table border="1" data-bbox="587 719 842 779"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> </tr> </table> <p>2. Verbalisasi tujuan yang jelas</p> <table border="1" data-bbox="587 842 842 902"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> </tr> </table> <p>3. Minat terhadap aktivitas</p> <table border="1" data-bbox="587 965 842 1025"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> </tr> </table> <p>Skala Indikator :</p> <p>1: Menurun</p> <p>2: Cukup menurun</p> <p>3: Sedang</p> <p>4: Cukup meningkat</p> <p>5: Meningkatkan</p> <p>4. Verbalisasi sosial</p> <table border="1" data-bbox="587 1518 842 1579"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> </tr> </table> <p>5. Verbalisasi ketidakamanan di tempat umum</p> <table border="1" data-bbox="587 1704 842 1765"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> </tr> </table> <p>6. Perilaku menarik diri</p> <table border="1" data-bbox="587 1827 842 1888"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> </tr> </table> <p>7. Verbalisasi perasaan berbeda</p>	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	<p>Promosi Sosialisasi (I.13498)</p> <p>Observasi</p> <p>3.1. Identifikasi kemampuan melakukan interaksi dengan orang lain</p> <p>3.2. Identifikasi hambatan melakukan interaksi dengan orang lain</p> <p>Terapeutik</p> <p>3.3. Motivasi meningkatkan keterlibatan dalam suatu hubungan</p> <p>3.4. Motivasi kesabaran dalam mengembangkan suatu hubungan</p> <p>3.5. Motivasi berpartisipasi dalam aktivitas baru dan kegiatan kelompok</p> <p>3.6. Motivasi berinteraksi diluar lingkungan</p> <p>3.7. Diskusikan kekuatan dan keterbatasan dalam berkomunikasi dengan orang lain</p> <p>3.8. Diskusikan perencanaan kegiatan di masa depan</p> <p>3.9. Berikan umpan balik positif dalam perawatan diri</p> <p>3.10. Berikan umpan balik positif pada setiap peningkatan kemampuan</p>
1	2	3	4	5																												
1	2	3	4	5																												
1	2	3	4	5																												
1	2	3	4	5																												
1	2	3	4	5																												
1	2	3	4	5																												

	<p>dengan orang lain</p> <table border="1" data-bbox="587 286 842 353"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> </tr> </table> <p>8. Verbalisasi preokupasi dengan pikiran sendiri</p> <table border="1" data-bbox="587 472 842 539"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> </tr> </table> <p>9. Afek murung/ sedih</p> <table border="1" data-bbox="587 600 842 667"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> </tr> </table> <p>10. Perilaku bermusuhan</p> <table border="1" data-bbox="587 728 842 795"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> </tr> </table> <p>Skala Indikator :</p> <p>1: Meningkat</p> <p>2: Cukup meningkat</p> <p>3: Sedang</p> <p>4: Cukup menurun</p> <p>5: Menurun</p> <p>11. Perilaku sesuai dengan harapan orang lain</p> <table border="1" data-bbox="587 1339 842 1406"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> </tr> </table> <p>12. Perilaku bertujuan</p> <table border="1" data-bbox="587 1467 842 1534"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> </tr> </table> <p>13. Kontak mata</p> <table border="1" data-bbox="587 1594 842 1662"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> </tr> </table> <p>14. Tugas perkembangan sesuai usia</p> <table border="1" data-bbox="587 1780 842 1848"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> </tr> </table> <p>Skala indikator</p> <p>1: Memburuk</p>	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	<p>Edukasi</p> <p>3.11. Anjurkan berinteraksi dengan orang lain secara bertahap</p> <p>3.12. Anjurkan ikut serta kegiatan sosial dan kemasyarakatan</p> <p>3.13. Anjurkan berbagi pengalaman dengan orang lain</p> <p>3.14. Anjurkan meningkatkan kejujuran diri dan menghormati hak orang lain</p> <p>3.15. Anjurkan penggunaan alat bantu</p> <p>3.16. Anjurkan membuat perencanaan kelompok kecil untuk kegiatan khusus</p> <p>3.17. Latih bermain peran untuk meningkatkan keterampilan komunikasi</p> <p>3.18. Latih mengekspresikan marah dengan tepat</p>
1	2	3	4	5																																						
1	2	3	4	5																																						
1	2	3	4	5																																						
1	2	3	4	5																																						
1	2	3	4	5																																						
1	2	3	4	5																																						
1	2	3	4	5																																						
1	2	3	4	5																																						

	2: Cukup memburuk	
	3: Sedang	
	4: Cukup membaik	
	5: Membaik	

Pasien yang mengalami gangguan jiwa harga diri rendah kronik dapat diberikan strategi pelaksanaan yang diberikan untuk klien dan keluarga.

4. Evaluasi

Menurut Tika Harahap (2019) evaluasi merupakan langkah terakhir dari proses keperawatan, yaitu suatu metoda sistematis untuk mengorganisasikan dan memberikan suhan keperawatan. Evaluasi perawat menentukan apakah hasil yang mencerminkan pencapaian tujuan telah terpenuhi. Untuk mengevaluasi secara objektif tingkat keberhasilan dalam mencapai tujuan, perawat harus menggunakan beberapa langkah (Tika Harahap, 2019).

Keberhasilan proses dapat dilihat dengan jalan membandingkan antara proses dengan pedoman/ rencana proses tersebut, perencanaan evaluasi memuat kriteria keberhasilan proses sedangkan keberhasilan tindakan dapat dilihat dengan membandingkan antara tingkat kemandirian pasien dalam kehidupan sehari-hari dan tingkat kemajuan kesehatan pasien dengan tujuan yang telah dirumuskan sebelumnya.

C. Konsep Cognitive Behaviour Therapy (CBT)

1. Definisi *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT)

Menurut Roberts & Greene (2008) *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) merupakan terapi yang berfokus pada kognisi sebagai mediator

ketegangan dan disfungsi psikologis. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Wetik, dkk (2015) yang dikutip dalam buku yang berjudul Terapi Kognitif Perilaku dan Terapi Psikoedukasi Keluarga yang di tulis oleh Sari (2021) CBT menunjukkan hasil bahwa keadaan ansietas mengalami penurunan, serta adanya peningkatan kemampuan mengubah pikiran dan perilaku negatif.

Menurut Dewi & Yudianto (2021) Cognitive Behavioural Therapy merupakan sebuah teknik intervensi yang cukup efektif untuk dapat meningkatkan harga diri individu, harga diri yang dimiliki oleh individu akan memengaruhi tingkat kesejahteraannya dan akan memengaruhi bagaimana ia dapat memandang dirinya sendiri secara positif atau negatif.

2. Tujuan *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT)

Menurut Sari (2021) tujuan dari CBT adalah untuk memodifikasi fungsi berfikir, perasaan, bertindak dengan menekankan fungsi otak dalam menganalisa, memutuskan, bertanya, berbuat, dan mengambil keputusan kembali. Menurut Stuart, dkk (2016) dalam Sari (2021) CBT mempunyai tujuan untuk mengubah keyakinan yang tidak rasional, kesalahanpenalaran dan pernyataan negatif tentang individu.

3. Indikasi *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT)

Menurut Setyoadi (2011) dalam Ariska (2019) *cognitive behavior therapy* (CBT) lebih efektif untuk kondisi psikiatri yang lazim, terutama :

- a. Kecemasan
- b. Depresi (ringan sampai sedang)
- c. Stress emosional

- d. Skizofrenia
- e. Gangguan stress yang terjadi pascatrauma
- f. Gangguan obsesif kompulsif yang sering terjadi pada orang dewasa
- g. Gangguan psikoseksual
- h. Gangguan makan
- i. Fobia

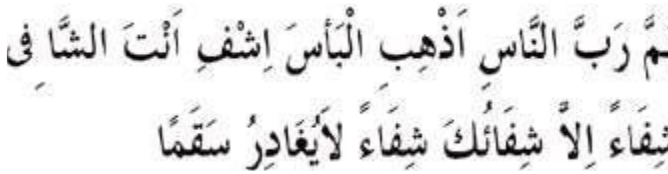
4. Standar Operasional *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT)

Tabel 2. 2 Standar Operasional Prosedur Terapi Inovasi Cognitive Behaviour Therapy

	<p style="text-align: center;">UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR</p> <p style="text-align: center;">Jl.Ir. H.Juanda No.15 Samarinda, Kampus 1 UMKT</p> <p style="text-align: center;">Telp.(0541)748511, Kode Wilayah 75124</p> <p style="text-align: center;">Website: www.umkt.ac.id site: www.umkt.ac.id</p>	
Kode :	<p>STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR COGNITIVE BEHAVIOUR THERAPY PADA PASIEH HARGA DIRI RENDAH KRONIK</p>	Revisi :
Tgl Berlaku :		Halaman :
<p>Pengertian</p>		
<p>Salah satu teknik yang digunakan dalam menyelesaikan tingkah laku yang ditimbulkan oleh dorongan dari dalam serta dorongan untuk memenuhi kebutuhan – kebutuhan hidup yang dilakukan melalui proses belajar agar bisa bertindak serta bertingkah laku lebih afektif dan lebih tanggap dalam menghadapi situasi dan masalah lebih efisien dan efektif.</p>		

Tujuan	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengubah pikiran dari tidak logis dan negative menjadi objektif, rasional, positif 2. Meningkatkan aktivitas 3. Mengurangi perilaku yang tidak diinginkan (maladaptive) 4. Meningkatkan ketrampilan sosial 	
Tahap Pra Interaksi	<ol style="list-style-type: none"> a. Mengkaji kondisi klien, dengan diagnose keperawatan yang sesuai b. Mempersiapkan diri perawat c. Mempersiapkan lingkungan yang aman dan tenang
Tahap Orientasi	<ol style="list-style-type: none"> a. Mengucapkan salam dan menyapa nama pasien b. Menanyakan perasaan klien c. Memperkenalkan diri d. Melakukan kontrak e. Menjelaskan tujuan dan prosedur f. Menanyakan kesediaan klien untuk dilakukan tindakan
Tahap Kerja	<p>Sesi 1</p> <p>Membangun hubungan saling percaya dan mengisi inform consent.</p> <p>(Target dalam sesi ini adalah terjalinnya hubungan antara klien dan terapis sehingga klien dapat dengan nyaman mengikuti proses terapi. Kenyamanan klien yang dirasakan dapat mendukung keberhasilan proses terapi).</p> <hr/> <p>Sesi 2</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Identifikasi kondisi klien dan melakukan Pre-Test menggunakan skala harga diri. b. Dalam sesi ini perawat dapat memastikan bahwa kondisi klien diperhatikan oleh perawat untuk mengembangkan dan

	<p>melaksanakan proses terapi. Pretest kan dilakukan untuk mendapatkan gambaran bagaimana kecemasan sosial yang dialami klien.</p> <ul style="list-style-type: none"> c. Melakukan restrukturisasi kognitif. d. Dalam sesi ini perawat membantu mengubah pemikiran negatif menjadi pemikiran yang lebih positif dan rasional. e. Memberikan wawasan perilaku yang positif yang dapat dilakukan dan membuat rencana tindak lanjut
	<p>Sesi 3</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Mengajarkan dan mendampingi klien melakukan relaksasi. b. Hal ini untuk memberikan kondisi rileks klien, kondisi relaksasi ini menjadi bekal klien saat menghadapi situasi cemas c. Memberikan tahap eksperimen perilaku kepada pasien. d. Memberikan keterampilan kepada klien agar bersikap positif kepada orang lain dan tidak lagi bersikap negatif terhadap diri sendiri)
	<p>Sesi 4</p> <p>Mendiskusikan kemajuan klien melalui post test dan melakukan Rencana Tindak Lanjut (RTL).</p> <p>Tahap ini untuk mendapatkan gambaran kondisi klien saat ini dan untuk melihat keefektifan terapi.</p>
Tahap Terminasi	<ul style="list-style-type: none"> a. Membaca hamdallah b. Menanyakan perasaan klien setelah dilakukan terapi c. Mengevaluasi respon klien d. Memberi reinforcement positif e. Membuat kontrak pertemuan selanjutnya

	<p>f. Doa</p> <p style="text-align: center;">  </p> <p>Artinya: “(Ya Allah. Tuhan segala manusia, hilangkan segala klienannya, angkat penyakitnya, sembuhkan lah ia, engkau maha penyembuh, tiada yang menyembuhkan selain engkau, sembuhkanlah dengan kesembuhan yang tidak meninggalkan sakit lagi)”</p> <p>g. Salam dan penutup</p>
Evaluasi	Evaluasi berdasarkan perubahan hasil sebelum dan sesudah terapi di berikan. Selain evaluasi terhadap pikiran negatif dan pembiasaan yang dirancang sendiri, pembicaraan pribadi dengan klien menjadi evaluasi diri terhadap klien apakah sudah berkurang atau belum.
Dokumentasi	Hasil kegiatan yang telah dilakukan
<p>Daftar Pustaka :</p> <p>Sa’adah, D. Z. (2020). The Use of Cognitive Behavioral Therapy to Improve the Self-Esteem of Person with Schizophrenia: A Case Report. In <i>5th ASEAN Conference on Psychology, Counselling, and Humanities (ACPCH 2019)</i> (pp. 230-233). Atlantis Press.</p>	

D. Pengukuran Harga Diri Rendah

1. Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)

Untuk mengukur harga diri rendah menggunakan skala harga diri yang dibuat oleh (Rosenberg, 1965). Reliabilitas Guttman yang dilaporkan adalah $r_{xxi} = 0,92$. Sedangkan untuk versi adaptasi berbahasa Indonesia

Azwar (dalam Azwar, 2012) melaporkan koefisien korelasi aitem total yang berada antara 0,415 sampai 0,703 untuk sepuluh aitem dalam skala, sedangkan koefisien tes ulang dengan tenggang waktu satu hari menghasilkan $r_{xxi} = 0,8587$. Skala Rosenberg Self-Esteem Scale juga digunakan oleh Martaniah dkk (dalam Azwar, 2012) menemukan koefisien alpha untuk skala ini hanya 0,439 ($n = 300$).

Aspek tersebut terdiri atas penerimaan diri dan penghormatan diri, dengan aspek tersebut sistem penilaian skala harga diri menggunakan skala Likert dengan alternatif 4 jawaban yaitu : Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Pemberian skor dilakukan dengan melihat sifat aitem.

Pada aitem *favorable* :

- a. Jawaban STS (Sangat Tidak Sesuai) : Diberi nilai 1
- b. Jawaban TS (Tidak Sesuai) : Diberi nilai 2
- c. Jawaban S (Sesuai) : Diberi nilai 3
- d. Jawaban SS (Sangat Sesuai) : Diberi nilai 4

Pada aitem *unfavorable* :

- a. Jawaban STS (Sangat Tidak Sesuai) : Diberi nilai 4
- b. Jawaban TS (Tidak Sesuai) : Diberi nilai 3
- c. Jawaban S (Sesuai) : Diberi nilai 2
- d. Jawaban SS (Sangat Sesuai) : Diberi nilai 1

Pengelompokkan kategori dalam harga diri dapat diketahui melalui total skor dari skala ini yaitu:

- a. < 25 self esteem rendah

- b. Pengelompokkan kategori dalam harga diri dapat
- c. diketahui melalui total skor dari skala ini yaitu:
- d. < 25 self esteem rendah

Pengelompokkan dapat diketahui melalui total skor dari skala ini yaitu

- a. <25 : self esteem rendah
- b. 25-35 : self esteem sedang/ normal
- c. >35 : self esteem tinggi