

BAB 4

PEMBAHASAN

4.1 Analisis Asuhan Keperawatan Dengan Masalah Harga Diri Rendah kronis

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil pengkajian klien dengan harga diri rendah, menunjukkan bahwa Tn. W mengatakan merasa malu karena menganggap dirinya sebagai orang yang aneh dan merasa dirinya tidak berguna dan hanya menjadi beban bagi keluarganya. Klien mengungkapkan bahwa sejak kecil dirinya sering mengalami penolakan dan perundungan, baik di lingkungan rumah maupun sekolah. Klien mengatakan sering dipukul dan dimarahi oleh orang tuanya, dikucilkan oleh anak-anak tetangga, serta menjadi korban perundungan sejak SMP hingga SMA berupa ejekan, pemukulan, dan pengucilan karena bentuk tubuhnya yang dianggap gemuk. Akibat pengalaman tersebut, klien memutuskan berhenti sekolah saat kelas XI SMA dan melanjutkan pendidikan melalui Paket C. Selama pengkajian, klien tampak berbicara pelan, kontak mata kurang, lebih sering menundukkan kepala, serta menunjukkan penilaian negatif terhadap dirinya sendiri. Klien juga mengatakan tidak menyukai bagian perutnya karena merasa dirinya gemuk, tidak bekerja, serta merasa malu ketika berinteraksi dengan orang lain sehingga cenderung menarik diri dari lingkungan sosial.

Harga diri rendah kronis merupakan evaluasi diri yang negatif terhadap diri sendiri atau kemampuan diri yang berlangsung dalam waktu lama sebagai akibat pengalaman hidup yang tidak menyenangkan, seperti penolakan, kekerasan, kegagalan, atau perundungan yang dialami secara terus-menerus. Individu dengan harga diri rendah kronis cenderung memiliki persepsi negatif terhadap dirinya, merasa tidak berharga, malu, tidak percaya diri, menghindari interaksi sosial, sulit mengenali kemampuan yang dimiliki, serta sering menyalahkan diri sendiri atas kondisi yang dialaminya. Pengalaman traumatis yang berlangsung sejak masa kanak-kanak dapat memengaruhi pembentukan konsep diri sehingga individu lebih rentan mengalami harga diri rendah kronis apabila tidak memperoleh dukungan yang memadai (PPNI, 2017; Stuart, 2021).

Sesuai dengan teori tersebut, hasil pengkajian pada Tn. W menunjukkan adanya data subjektif dan objektif yang sesuai dengan karakteristik harga diri

rendah kronis. Data subjektif meliputi klien merasa dirinya aneh, malu terhadap dirinya sendiri, tidak menyukai bentuk tubuhnya, serta memiliki pengalaman penolakan dan perundungan sejak masa kanak-kanak. Data objektif yang ditemukan yaitu klien berbicara pelan, kontak mata kurang, lebih sering menundukkan kepala, tampak kurang percaya diri, dan cenderung menarik diri saat berinteraksi. Berdasarkan hasil pengkajian tersebut, tidak ditemukan kesenjangan antara teori dengan fakta di lapangan karena tanda dan gejala yang dialami klien sesuai dengan karakteristik harga diri rendah kronis.

Diagnosis keperawatan yang muncul adalah Harga Diri Rendah Kronis (D.0086) di sebabkan oleh pengalaman penolakan, kekerasan, dan perundungan yang berlangsung lama. Penetapan diagnosis tersebut didasarkan pada riwayat klien yang sejak kecil sering mengalami perlakuan negatif dari keluarga, lingkungan sekitar, dan teman sebaya sehingga membentuk penilaian negatif terhadap dirinya. Klien menunjukkan gejala mayor secara subjektif berupa menilai diri secara negatif, merasa malu, menganggap dirinya sebagai orang yang aneh, serta tidak menyukai kondisi fisiknya. Secara objektif, klien tampak berbicara pelan, kontak mata kurang, sering menundukkan kepala, dan menunjukkan rasa tidak percaya diri saat berinteraksi. Selain itu, klien juga menunjukkan gejala minor berupa menarik diri dari lingkungan sosial, tidak bekerja, dan kesulitan menerima dirinya sendiri akibat pengalaman perundungan yang dialaminya selama bertahun-tahun.

Menurut Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), karakteristik harga diri rendah kronis meliputi gejala mayor subjektif berupa penilaian negatif terhadap diri sendiri, perasaan malu, merasa tidak berharga, serta merasa tidak memiliki kemampuan. Gejala mayor objektif meliputi kontak mata kurang, postur tubuh menunduk, berbicara pelan, dan menghindari interaksi sosial. Tn. W telah memenuhi sebagian besar karakteristik tersebut sehingga diagnosis Harga Diri Rendah Kronis telah sesuai dengan kondisi klinis yang ditemukan. Dengan demikian, tidak terdapat kesenjangan antara diagnosis yang ditegakkan berdasarkan hasil pengkajian dengan teori yang terdapat dalam SDKI (PPNI, 2017).

4.2 Analisis Penerapan Promosi Harga Diri Terhadap Harga Diri Rendah kronis

Penerapan Promosi Harga Diri (I.09308) untuk mengatasi harga diri rendah kronis pada Tn. W terpakkti memberikan dampak positif terhadap peningkatan penilaian diri klien. Pada tanggal 21 juni 2026, perawat membangun hubungan saling percaya melalui komunikasi terapeutik dan pendekatan empatik. Perawat mengobservasi ekspresi wajah, kontak mata, serta respons verbal klien selama proses interaksi. Selanjutnya, perawat membantu klien mengidentifikasi pengalaman hidup yang menyebabkan munculnya penilaian negatif terhadap dirinya, menggali kemampuan dan aspek positif yang masih dimiliki, serta memberikan kesempatan kepada klien untuk mengungkapkan pengalaman perundungan, kekerasan, dan penolakan yang dialaminya sejak masa kanak-kanak. Klien juga didorong untuk mengenali kelebihan dirinya, menetapkan tujuan sederhana yang realistis, serta diberikan penguatan positif terhadap setiap kemampuan yang berhasil diidentifikasi. Selain itu, perawat mengajarkan teknik relaksasi napas dalam untuk membantu mengurangi kecemasan dan rasa malu ketika berinteraksi dengan orang lain.

Pada tanggal 22-23 juni 2026, perawat melanjutkan intervensi dengan membantu klien mengidentifikasi kekuatan dan kemampuan yang dimilikinya, melatih klien menyampaikan afirmasi positif terhadap diri sendiri, serta melatih cara berpikir yang lebih positif terhadap pengalaman masa lalu. Perawat juga memotivasi klien untuk mulai melakukan aktivitas sesuai kemampuannya, membantu menyusun kegiatan harian yang realistis, serta mendorong klien agar mulai berinteraksi dengan pasien lain di rumah singgah. Selain itu, perawat membantu klien mengidentifikasi dukungan sosial yang dimiliki dan mendorong klien mengungkapkan perasaan kepada orang yang dipercaya sehingga klien mampu mengembangkan mekanisme koping yang lebih adaptif.

Pada tanggal 24 juni 2026, perawat bersama klien melakukan evaluasi terhadap kegiatan yang telah dilaksanakan selama tiga hari sebelumnya. Perawat memberikan penguatan positif terhadap perkembangan yang telah dicapai klien, membantu klien mengidentifikasi perubahan penilaian terhadap dirinya, serta melatih keterampilan sosial melalui komunikasi sederhana dengan

orang lain. Klien juga dilatih mengembangkan penilaian yang lebih objektif terhadap dirinya serta belajar menerima pengalaman masa lalu tanpa terus menyalahkan diri sendiri.

Promosi harga diri merupakan salah satu intervensi keperawatan yang bertujuan membantu individu mengenali kemampuan, meningkatkan penilaian positif terhadap diri sendiri, mengembangkan rasa percaya diri, serta memperkuat kemampuan dalam menghadapi berbagai permasalahan kehidupan. Intervensi ini dilakukan melalui identifikasi kemampuan yang dimiliki, pemberian penguatan positif, pelatihan berpikir positif, peningkatan keterampilan sosial, serta pelibatan keluarga sebagai sumber dukungan sehingga dapat meningkatkan konsep diri dan mekanisme koping klien (Mufidah et al., 2024). Dukungan keluarga, komunikasi terapeutik, dan lingkungan yang menerima juga berperan penting dalam membantu individu dengan harga diri rendah kronis untuk kembali membangun kepercayaan dirinya serta meningkatkan fungsi psikososial (Herdalisa et al., 2023).

Menurut pendapat peneliti, penerapan Promosi Harga Diri (I.09308) pada Tn. W telah sesuai dengan kepaktuhan dan kondisi klien. Intervensi dilakukan secara bertahap dimulai dari membangun hubungan saling percaya, membantu klien mengenali kemampuan yang dimiliki, melatih afirmasi positif, meningkatkan keterampilan sosial, hingga melibatkan orang lain sebagai sistem pendukung. Pendekatan tersebut memberikan kesempatan kepada klien untuk mengubah persepsi negatif terhadap dirinya yang selama ini terbentuk akibat pengalaman kekerasan, penolakan, dan perundungan sejak masa kanak-kanak. Setelah dilakukan intervensi, klien tampak lebih mampu mengungkapkan kemampuan yang dimiliki, mulai berani berinteraksi dengan orang lain, kontak mata mulai membaik, serta penilaian negatif terhadap dirinya mulai berkurang. Oleh karena itu, Promosi Harga Diri (I.09308) dinilai efektif dan layak direkomendasikan sebagai intervensi utama dalam pemberian asuhan keperawatan pada klien dengan harga diri rendah kronis.

4.3 Analisis Evaluasi Keberhasilan Penerapan Promosi Harga Diri Terhadap Harga Diri Rendah kronis

Pada hari pertama, hasil evaluasi menunjukkan bahwa klien mulai mampu membina hubungan saling percaya dengan perawat serta bersedia mengungkapkan pengalaman hidup yang selama ini memengaruhi penilaian dirinya. Klien menceritakan pengalaman kekerasan dan perundungan yang dialaminya sejak kecil, serta mulai mampu mengidentifikasi beberapa kemampuan dan kelebihan yang masih dimilikinya. Meskipun masih merasa malu dan menganggap dirinya sebagai orang yang aneh, klien tampak lebih percaya diri dalam menyampaikan perasaan dan menunjukkan motivasi untuk memperbaiki penilaian terhadap dirinya.

Pada hari kedua, terlihat adanya perubahan positif pada cara pandang klien terhadap dirinya. Klien mulai mampu menyebutkan kemampuan dan sifat positif yang dimiliki, bersedia mengucapkan afirmasi positif tentang dirinya, serta menunjukkan keinginan untuk lebih percaya diri. Selain itu, klien mulai berani melakukan komunikasi sederhana dengan pasien lain di ruangan dan mampu mengungkapkan harapannya untuk menjalani kehidupan yang lebih baik. Hal tersebut menunjukkan mulai berkembangnya konsep diri yang lebih positif serta meningkatnya kepercayaan diri klien.

Pada hari ketiga, klien tampak lebih percaya diri selama berinteraksi dengan perawat maupun pasien lain. Kontak mata mulai membaik, klien lebih mampu mempertahankan komunikasi, dan penilaian negatif terhadap dirinya mulai berkurang. Klien juga mulai berani menyampaikan rencana untuk melakukan kegiatan yang bermanfaat setelah pulang serta menunjukkan kesiapan untuk meningkatkan interaksi sosial secara bertahap. Pada hari yang sama, keluarga berpartisipasi aktif dalam edukasi mengenai harga diri rendah kronis, memahami cara memberikan dukungan emosional yang positif, serta berkomitmen mendampingi klien selama proses pemulihan. Keterlibatan keluarga diharapkan mampu mempertahankan peningkatan harga diri klien secara berkelanjutan.

Hasil evaluasi yang diperoleh peneliti sejalan dengan teori Maslow (2012) yang menyatakan bahwa kepaktuhan akan penghargaan (*esteem needs*) meliputi

penghargaan terhadap diri sendiri, seperti rasa percaya diri, kompetensi, kemandirian, dan keyakinan terhadap kemampuan diri, serta penghargaan yang berasal dari orang lain berupa penerimaan, pengakuan, perhatian, dan apresiasi. Pada kasus Tn. W, peningkatan harga diri mulai tampak ketika klien mampu mengenali kembali kemampuan yang dimiliki, berani mengungkapkan pendapat, dan memperoleh dukungan positif dari orang sekitar maupun tenaga kesehatan. Dukungan tersebut memberikan rasa diterima dan dihargai sehingga membantu klien membangun kembali konsep diri yang positif dan meningkatkan kepercayaan dirinya dalam berinteraksi dengan lingkungan. Dengan demikian, hasil evaluasi menunjukkan bahwa penerapan Promosi Harga Diri (I.09308) efektif dalam meningkatkan harga diri klien dengan diagnosis Harga Diri Rendah Kronis.

