



## Studi Kasus

# Peningkatan harga diri pada pasien gangguan konsep diri : harga diri rendah dengan menggunakan terapi latihan kemampuan positif

Ghina Yustina Fazriyani<sup>1</sup>, Mohammad Fatkhul Mubin<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang

### Informasi Artikel

#### Riwayat Artikel:

- Submit 15 September 2020
- Diterima 30 Desember 2021
- Diterbitkan 31 Desember 2021

#### Kata kunci:

HDR; Latihan Kemampuan Positif

### Abstrak

Pasien dengan gangguan konsep diri : Harga diri rendah cenderung memiliki perasaan yang negative terhadap diri sendiri sehingga pasien cenderung mengalami kurangnya percaya diri, merasa diri tidak berguna dan merasa selalu gagal dalam mencapai keinginannya. Terapi latihan kemampuan positif dilakukan untuk menggali aspek-aspek positif yang sebenarnya dimiliki oleh pasien, sehingga pasien tumbuh perasaan bahwa dirinya berguna dan mampu menjadi individu yang lebih baik lagi. Terapi latihan kemampuan positif ini merupakan bagian dari terapi generalis untuk HDR. Studi kasus ini menggunakan metode Case Study dengan pendekatan proses asuhan keperawatan. Sampel yang digunakan pada studi kasus adalah pasien dengan gangguan konsep diri: Harga Diri Rendah yang berjumlah 2 orang. Studi kasus dilakukan di ruang Arimbi RSJ Amino Gondohutomo Semarang pada bulan Februari 2020. Alat pengumpulan data dengan pengkajian, lembar kuesioner Sorensen self-esteem, dan lembar jadwal kegiatan pasien. Hasil studi kasus menunjukkan bahwa pasien mengalami peningkatan harga diri setelah dilakukan latihan kemampuan positif. Latihan kemampuan positif mampu meningkatkan harga diri pasien yang mengalami gangguan konsep diri harga diri rendah.

## PENDAHULUAN

Pada Era Globalisasi ini, semakin banyak tuntutan dan masalah kehidupan yang harus dihadapi oleh semua individu, maka dampaknya semakin besar pula stressor yang diterima. Individu yang mekanisme kopingnya kurang baik, ia akan merasa kesulitan untuk beradaptasi pada keadaan, yang demikian menimbulkan semakin meningkatnya masalah gangguan jiwa, yang mana masalah ini dapat berdampak pada semua kalangan baik dari sosial ekonomi atas, menengah maupun kalangan bawah (Sovitriana, 2019). Diperkirakan jumlah penderita gangguan jiwa di dunia ialah sekitar 450 juta jiwa termasuk skizofrenia

(WHO, 2017). Berdasarkan perhitungan beban penyakit di tahun 2017, beberapa jenis gangguan jiwa yang dialami oleh penduduk di Indonesia ialah gangguan depresi, cemas, skizofrenia, bipolar, gangguan perilaku, autis, gangguan perilaku makan, cacat intelektual dan Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD), dimana salah satu yang mengalami peningkatan ialah skizofrenia. Prevalensi Rumah Tangga dengan ART gangguan jiwa skizofrenia/ psikosis menurut tempat tinggal lebih banyak terjadi di pedesaan (7,0%) dibandingkan di perkotaan (6,4%) (Indrayani & Wahyudi, 2019). Menurut Data (Kemenkes, 2019) dari Riskesdas 2018 yang menunjukkan bahwa 7 dari 1000

Corresponding author:

Ghina Yustina Fazriyani

[ghina1259@gmail.com](mailto:ghina1259@gmail.com)

Ners Muda, Vol 2 No 3, Desember 2021

e-ISSN: 2723-8067

DOI: <https://doi.org/10.26714/nm.v2i3.6229>

rumah tangga yang memiliki anggota keluarganya dengan skizofrenia serta lebih dari 19 juta penduduk yang berusia di atas 15 tahun yang mengalami gangguan mental emosional dan lebih dari 12 juta yang berusia di atas 15 tahun diperkirakan telah mengalami depresi. WHO mengatakan di tahun 2010 bahwa angka bunuh diri di Indonesia telah mencapai 1,6 - 1,8%/100.000 jiwa.

Salah satu masalah keperawatan jiwa yang timbul ialah gangguan harga diri. dimana harga diri rendah dapat digambarkan dengan adanya perasan negative terhadap diri, hilangnya percaya diri, serta merasa gagal dalam mencapai keinginan. Hal ini dapat terjadi secara situasional ( trauma yang terjadi secara tiba-tiba, misalnya perceraian, korban pemerkosaan, putus sekolah dll) dan kronik (perasaan negative yang sudah lama ada pada individu sebelum sakit atau dirawat (Muhith, 2015). Pada seseorang dengan harga diri rendah akan muncul perasaan tidak berdaya atau tidak berguna, frustrasi, depresi dan skizofrenia, tidak percaya diri dan merasa menjadi korban (Widyastuti, 2003).

Kejadian masalah harga diri rendah rentan dialami oleh remaja dan lansia yaitu sekitar usia 12 -60 tahun. Menurut studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Februari 2020 di Ruang Arimbi RSJ. Amino Gondohutomo dari 26 pasien yang mengalami masalah halusinasi sebanyak 11 orang atau 42%; dengan resiko perilaku kekerasan sebanyak 5 orang atau 19%; yang mengalami harga diri rendah mencapai 4 orang atau sekitar 15%; pasien dengan isolasi sosial/ menarik diri sebanyak 4 orang atau 15%, dan masalah resiko bunuh diri sebanyak 2 orang atau 8%. Usia pasien tersebut berkisar antara 19 - 60 tahun. Peringkat untuk kejadian harga diri rendah sama atau setara dengan pasien yang mengalami isolasi social yaitu pada urutan ke-3 setelah resiko perilaku kekerasan. Tanda-tanda harga diri rendah

yang ditemukan pada pasien ialah merasa memiliki kesalahan dalam dirinya, merasa khawatir, selalu menyendiri di kamar, merasa kesulitan dalam berhubungan dengan sekitar, merasa bahwa dirinya tidak berguna, beranggapan bahwa dirinya tidak akan sembuh, merasa dirinya beda, merasa malu, tidak percaya diri, dan merasa tidak mampu dalam melakukan apapun.

Proses keperawatan jiwa yang dapat dilakukan dengan bersamaan dengan strategi pelaksanaan salah satunya ialah dengan latihan kemampuan positif. Latihan kemampuan positif merupakan suatu latihan untuk menggali kemampuan atau aspek-aspek positif yang dimiliki oleh masing-masing individu dimulai dengan mengidentifikasi kemampuan yang ada pada diri sendiri, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Supriyono, 2016) dengan 6 kali pertemuan didapatkan hasil klien dapat membina hubungan saling percaya, klien dapat melaksanakan perawatan diri dengan bantuan perawat, serta klien dapat melakukan perawatan diri secara mandiri. Berdasarkan penelitian yang dilakukan serupa oleh (Rochman, 2019) didapatkan hasil pasien mampu melakukan kegiatan positif yang diharapkan, sehingga pemberian latihan kemampuan positif efektif dilakukan untuk meningkatkan kemampuan positif yang masih dimiliki oleh pasien.

Oleh karena itu, penulis tertarik untuk mengambil masalah harga diri rendah pada pasien di Ruang Arimbi untuk diberikan intervensi latihan kemampuan positif. Studi ini bertujuan untuk mengetahui adanya peningkatan harga diri pasien setelah dilakukan latihan kemampuan positif.

## METODE

Metode yang digunakan dalam penerapan studi kasus ini ialah menggunakan metode Case Study dengan pendekatan proses asuhan keperawatan dengan memfokuskan



pada salah satu masalah penting dalam asuhan keperawatan pada pasien dengan gangguan konsep diri : HDR. Studi kasus ini dilakukan dengan cara memberikan intervensi kemudian dievaluasi pengaruhnya. Studi kasus ini tentang penerapan Latihan Kemampuan Positif terhadap peningkatan harga diri pada pasien dengan gangguan harga diri rendah. Penerapan latihan kemampuan positif merupakan bagian dari terapi generalis untuk HDR dimulai dari SP1 sampai dengan SP 4 yang dilakukan selama 6 sesi dalam seminggu dengan durasi tiap pelaksanaan yaitu 15-20 menit. Sampel yang digunakan pada studi kasus ini ialah sebanyak 2 responden dengan masalah gangguan HDR. Proses keperawatan yang dilakukan untuk mendapatkan data yaitu dengan cara pengkajian dan pengukuran harga diri pasien, penegakan diagnose keperawatan, perencanaan atau intervensi, implementasi ( tindakan keperawatan), dan evaluasi. Instrument yang dibutuhkan untuk studi kasus ini ialah lembar kuesioner pengukuran harga diri dengan menggunakan Sorensen self-esteem test , lembar kerja pasien, dan serta SOP latihan kemampuan positif. Penilaian hasil pengumpulan data dari lembar kuesioner Sorensen self-esteem test diberikan skor, dimana bentuk pengkategorian HDR berdasarkan kuesioner tersebut ialah skor 00-04 untuk kategori harga diri yang cukup baik; skor 05-10 dalam kategori harga diri yang rendah; skor 1-18 kategori harga diri yang cukup rendah; dan skor 19-50 ialah kategori harga diri yang sangat rendah.

## HASIL

Pelaksanaan pada kasus studi ini dilakukan di Ruang Arimbi RSJ. Amino Gondohutomo Semarang. Pasien yang digunakan pada studi kasus ini berjumlah 2 orang dengan masalah keperawatan gangguan harga diri rendah, dimana pasien tersebut berusia antara 20 -28 tahun. Data yang didapat dari ke-2 pasien tersebut ialah pasien berjenis

kelamin perempuan, suku jawa, belum menikah, status pendidikan terakhir antara SD dan SMA, dan tidak memiliki pekerjaan. Masing-masing pasien memiliki latar belakang yang berbeda terkait penyebab dari munculnya harga diri rendah. Namun, secara garis besar ke-2 pasien memiliki perasaan yang kurang baik terhadap dirinya yaitu masing-masing dari pasien merasa dirinya kurang berharga, tidak memiliki kemampuan yang bisa dibanggakan, merasa malu dan tidak percaya diri, pasien lebih senang menyendiri, mengalami kesulitan untuk berhubungan dengan orang lain, serta koping individu yang kurang baik. Penyebab munculnya harga diri rendah yang dialami pasien rata-rata karena pengalaman yang tidak menyenangkan yang kemudian menjadi trauma untuk psikis pasien serta mengakibatkan munculnya perasaan negative pada pasien.

Tabel 1  
Skor Harga Diri Pre dan Post Latihan Kemampuan Positif

Pemberian Terapi Latihan Kemampuan Positif	Pretest	posttest
Pasien 1	18	4
Pasien 2	28	16

Berdasarkan tabel 1.1 menunjukkan bahwa setelah diberikan latihan kemampuan positif didapatkan perubahan skor harga diri pada pasien 1 dan pasien 2. Pasien 1 menunjukkan skor sebesar 18 yaitu dalam kategori harga diri rendah sedang (Moderat low self-esteem) kemudian setelah dilakukan latihan kemampuan positif selama 6x pertemuan didapatkan skor 4 yaitu dalam kategori harga diri cukup baik, sedangkan pasien 2 menunjukkan skor sebelum tindakan keperawatan sebesar 28 dalam kategori harga diri sangat rendah (severly low self-esteem) menjadi sebesar 16 yaitu kategori harga diri rendah sedang. Pengukuran ini dilakukan diawal



pengkajian dan di pertemuan terakhir setelah latihan kemampuan positif.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan studi kasus tersebut, didapatkan bahwa ada peningkatan harga diri setelah dilakukan latihan kemampuan positif pada pasien 1 dan 2 yaitu pasien 1 dalam kategori harga diri cukup baik dengan skor 4, dan pasien 2 dalam kategori harga diri rendah sedang / Moderat low self-esteem dengan skor 16. Pada studi kasus ini ditemukan beberapa tanda gejala dari HDR pada pasien 1 dan 2 yaitu pasien merasa kurang berguna, tidak memiliki kemampuan apapun, merasa tidak percaya diri, malu, kesulitan untuk memulai hubungan dengan orang lain, lebih senang menyendiri, dan bicara lambat serta nada suara yang pelan.

Sebagian besar pasien dengan gangguan harga diri rendah memiliki tanda dan gejala yaitu diantaranya mengkritik diri sendiri, perasaan tidak mampu, pandangan hidup yang pesimis, mengalami penurunan produktifitas, dan penolakan terhadap kemampuan diri. Selain itu, harga diri rendah dapat dilihat dari penampilan individu tersebut ialah tampak tidak memerhatikan penampilan diri, cara berpakaian yang tidak rapi, selera makan yang kurang, tidak ada keberanian untuk menatap lawan bicara, dominan menunduk, serta bicara yang lambat dengan nada yang kecil (Muhith, 2015). Seseorang yang memiliki harga diri rendah, ia tidak menyadari bahwa dirinya ialah makhluk yang sempurna, berguna serta memiliki aspek-aspek positif yang mungkin tidak semua orang memilikinya. Oleh karena itu, dalam studi kasus ini pasien diberikan intervensi latihan kemampuan positif yang ditahap awal dilakukan dengan cara mengidentifikasi aspek positif yang dimiliki pasien. kemampuan positif merupakan suatu kemampuan atau aspek positif yang dimiliki setiap individu untuk

mengidentifikasi kemampuan yang ada pada diri sendiri, sehingga klien dapat memilih kegiatan sesuai kemampuannya sendiri (Farida & Hartono, 2010). Tujuan tindakan tersebut untuk pasien yaitu diantaranya : 1) klien mampu membina hubungan saling percaya dengan orang lain; 2) mampu mengenal masalah harga diri rendah (penyebab, tanda dan gejala, serta akibat dari pikiran negative terhadap diri); 3) mampu mengidentifikasi kemampuan atau aspek positif lainnya yang dimiliki klien; 4) mampu melatih kemampuan yang pasien miliki dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari (Wuryaningsih, Windarwati, Dewi, & dkk, 2020).

Tindakan keperawatan terkait peningkatan harga diri dengan teknik latihan kemampuan positif pada kedua pasien dengan masalah keperawatan gangguan konsep diri: HDR, dilakukan selama 6 kali pertemuan dalam seminggu yang tidak menentu jadwalnya mengikuti kesepakatan responden pada saat kontrak pertama kali. Pada SP1 yaitu dilakukan identifikasi aspek-aspek positif yang dimiliki pasien; SP2 yaitu melatih kemampuan positif yang dimiliki klien, serta mendiskusikan kemampuan positif klien yang dapat dilakukan di rumah; SP3 yaitu melatih kemampuan lainnya yang dimiliki klien serta menyusun jadwal kegiatan yang dapat dilakukan klien dan berikan kesempatan klien untuk melakukan kegiatan yang sudah dijadwalkan; dan SP ke-4 yaitu memberikan pendidikan kesehatan pada klien dan keluarga tentang cara merawat klien.

Pasien 1 dan 2 pada pertemuan ke-3 dan 4 mengatakan sekarang sudah tidak mengalami kesulitan untuk berhubungan dengan teman lainnya, klien mulai percaya diri, klien mengatakan sudah mampu melakukan jadwal kegiatan secara mandiri, klien mengatakan ketika sudah sembuh klien ingin mulai bekerja lagi sesuai kemampuannya yang dimiliki dan yang disenangi oleh klien. Keberhasilan latihan



kemampuan positif pada klien merupakan hasil dari yang dilakukan klien sendiri, karena pada dasarnya setiap individu memiliki aspek positif masing-masing yang mungkin tidak dimiliki oleh orang lainnya dan keinginan klien untuk menjadi lebih baik lagi merupakan aspek utama.

Pasien 1 dan 2 memiliki perbedaan skor harga diri yang signifikan, dimana pasien 2 dengan skor 28 yaitu lebih besar skornya dibandingkan pasien 1 dengan skor 18. Hal ini disebabkan dari konsep diri yang dimiliki oleh setiap individu berbeda serta dengan mekanisme koping yang berbeda. Pada penerapan latihan kemampuan positif terhadap pasien 1 dan 2 untuk meningkatkan harga diri pasien, penulis tidak mengalami hambatan atau kendala yang berarti karena pada saat penerapan klien lumayan kooperatif hanya saja mungkin dikendala pada pertemuan pertama yang mungkin sedikit mengalami kesulitan untuk membangun hubungan saling percaya dikarenakan pasien 1 memang ada beberapa hal ia masih tertutup dan pasien ke 2 cenderung lebih senang menyendiri dan diam jika tidak diarahkan.

Data objektif pada evaluasi keperawatan setelah dilakukan latihan kemampuan positif selama 5 kali pertemuan didapatkan perubahan harga diri pada pasien 1 dan 2, dibuktikan adanya penurunan skor harga diri rendah yang didapatkan dengan menggunakan lembar Sorensen self-esteem test pada pertemuan terakhir, dimana ketika skor penilaiannya rendah sekitar 0-4 pernyataan memiliki makna bahwa harga diri cukup baik (Sorensen, 2006). Hal ini sesuai dengan studi kasus yang dilakukan oleh (Meryana, 2017) menunjukkan bahwa kemampuan positif efektif untuk meningkatkan harga diri klien terbukti dengan pasien kelolaannya pada hari kedua setelah sebelumnya diajarkan merapikan tempat tidur, klien mengatakan mampu dan sudah merapikan tempat tidur.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Sutinah, 2018) menunjukkan bahwa ada pengaruh penerapan strategi pelaksanaan harga diri rendah terhadap harga diri pasien skizofrenia, dengan tujuan mengubah perilaku pasien yang maladaptive menjadi adaptive. Pemberian asuhan keperawatan jiwa dengan cara latihan peningkatan aspek positif yang dimiliki pada pasien Sdr.A dan Tn.H yang dilakukan oleh (IN, 2018) didapatkan hasil bahwa kedua pasien menggunakan SP yang sama dan didapatkan hasil yang berbeda, yaitu setelah 3 hari penelitian Sdr.A sudah mampu melakukan SP1 dan SP2 secara optimal, sedangkan Tn.H sudah mampu melakukan SP1 secara optimal namun untuk SP2 tidak teratasi dengan optimal dikarenakan keinginan pasien untuk menerapkan secara mandiri yang kurang.

## SIMPULAN

Setelah pasien dilakukan strategi pelaksanaan dan tambahan latihan kemampuan positif pada pasien 1 dan 2 didapatkan respon bahwa pasien saat ini tidak mengalami kesulitan untuk berhubungan dengan teman lainnya, klien mulai percaya diri, klien mengatakan sudah mampu melakukan jadwal kegiatan secara mandiri, klien mengatakan ketika sudah sembuh pasien ingin mulai bekerja lagi sesuai kemampuannya yang dimiliki dan yang disenanginya, serta pasien mulai merasa bangga dengan dirinya.

Pada pasien 1 dan 2 menunjukkan peningkatan harga diri yaitu dibuktikan dengan hasil pengukuran harga diri pada pertemuan ke-6 yaitu pada Sdr. R didapatkan skor sebesar 4 (Harga Diri cukup baik), dan pada Sdr.Nn didapatkan skor 16 (Harga Diri Rendah sedang). Pada pasien 1 dan 2 memiliki tingkat penyesuaian yang berbeda, oleh karena itu pasien 2 harus tetap mendapatkan perhatian yang lebih terutama dalam hal



bina hubungan saling percaya dengan pasien tersebut.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan keberkahan dalam setiap prosesnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners. Semoga Karya Ilmiah berikut yang penulis telah lakukan, dapat bermanfaat dalam menambah wawasan untuk segala pihak, Aamiin. Dan yang terakhir, izinkan penulis untuk mengucapkan terima kasih kepada seluruh unit terkait yang berperan dalam proses penyusunan laporan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

## REFERENSI

- Farida, K., & Hartono, Y. (2010). Buku Ajar Keperawatan Jiwa. Jakarta: Salemba Medika.
- IN, Q. (2018). Asuhan Keperawatan Jiwa Gangguan Konsep Diri: Harga Diri Rendah Dan Latihan Peningkatan Aspek Positif Yang Dimiliki Pada Pasien Sdr. A Dan Tn. H Di Ruang Dewa Ruci Rsjd Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah.
- Indrayani, Y. A., & Wahyudi, T. (2019). Situasi Kesehatan Jiwa Di Indonesia.
- Kemenkes. (2019). Pentingnya Peran Keluarga, Institusi dan Masyarakat Kendalikan Gangguan Kesehatan Jiwa. Retrieved from [https://www.kemkes.go.id/article/view/19101600004/pentingnya-peran-keluarga-](https://www.kemkes.go.id/article/view/19101600004/pentingnya-peran-keluarga-institusi-dan-masyarakat-kendalikan-gangguan-kesehatan-jiwa.html)
- Meryana. (2017). Upaya Meningkatkan Harga Diri Dengan Kegiatan Positif Pada Pasien Harga Diri Rendah. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Muhith, A. (2015). Pendidikan Keperawatan Jiwa: Teori dan Aplikasi. Yogyakarta: ANDI. Retrieved from <https://books.google.co.id/books?id=Yp2ACwAAQBAJ>
- Rochman, B. F. (2019). Latihan Kemampuan Positif Pada Sdr. P Dengan Harga Diri Rendah Di Rsj Prof. Dr. Soerojo Magelang. Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Sorensen, M. J. (2006). Sorensen Self-Esteem Test The Self-Esteem Institute.
- Sovitriana, R. (2019). Dinamika Psikologis Kasus Penderita Skizofrenia. Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia.
- Supriyono, R. (2016). Asuhan Keperawatan Pada Klien Harga Diri Rendah Dengan Melatih Kemampuan Positif, 8(2):20-31.
- Sutinah. (2018). Pengaruh Penerapan Strategi Pelaksanaan Harga Diri Rendah Terhadap Harga Diri Klien Skizofrenia. STIKES Harapan Ibu Jambi.
- Widyastuti, P. (2003). Manajemen Stres. Jakarta: Egc. Retrieved from <https://books.google.co.id/books?id=DXzaC7RzxkC>
- Wuryaningsih, E. W., Windarwati, Dewi, E. I., & dkk. (2020). Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa 1. Jember: UPT Percetakan & Penerbitan Universitas Jember.

