

BAB IV

PEMBAHASAN

A. Analisis Asuhan Keperawatan Pasien Dengan Masalah Harga Diri Rendah Kronis

1. Pengkajian

Hasil pengkajian pada Tn. P ditemukan data subjektif pasien mengatakan merasa tidak berguna, merasa malu dengan kondisinya saat ini, serta merasa tidak mampu melakukan apapun. Pasien mengatakan dirinya tidak memiliki kemampuan atau kelebihan yang dapat dibanggakan. Pasien juga mengatakan merasa menjadi beban bagi keluarga karena tidak dapat bekerja dan membantu perekonomian keluarga seperti sebelumnya. Pasien mengatakan sebelumnya bekerja sebagai kuli bangunan, namun saat ini tidak bekerja lagi sehingga pasien merasa gagal menjalankan perannya sebagai pencari nafkah. Pasien menilai dirinya berbeda dengan dahulu karena sudah tidak mampu bekerja seperti sebelumnya sehingga merasa tidak memiliki kemampuan yang dapat dibanggakan. Pasien juga mengatakan kurang percaya diri saat berinteraksi dengan orang lain serta lebih sering menyendiri. Pasien mengatakan perasaan tersebut dirasakan sejak pasien tidak lagi mampu bekerja seperti sebelumnya. Data objektif yang ditemukan yaitu pasien tampak menunduk, kontak mata kurang, berbicara pelan, tampak sedih, ekspresi wajah datar, tampak lesu, dan kurang aktif saat berinteraksi.

Menurut Keliat dan Hamid (2019), pasien dengan harga diri rendah kronis menunjukkan tanda dan gejala seperti merasa tidak berguna, merasa gagal, malu, pesimis, kontak mata kurang, serta menarik diri dari lingkungan sosial. Tanda dan gejala yang ditemukan pada Tn. P sesuai dengan teori tersebut karena pasien

menunjukkan penilaian negatif terhadap dirinya dan mengalami penurunan interaksi sosial.

Hasil pengkajian pada kasus ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati dan Ramadhani (2021) yang menyatakan bahwa pasien skizofrenia dengan harga diri rendah kronis cenderung merasa tidak mampu, malu, kurang percaya diri, dan memiliki kontak mata kurang saat berinteraksi. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa gangguan konsep diri pada pasien skizofrenia dapat memengaruhi kemampuan pasien dalam berinteraksi sosial.

Selain itu, penelitian oleh Wulandari dan Fitriani (2022) menyatakan bahwa pasien dengan harga diri rendah kronis sering menunjukkan perilaku menarik diri, berbicara pelan, kurang aktif saat berinteraksi, dan mengalami penurunan kepercayaan diri akibat penilaian negatif terhadap dirinya sendiri. Penelitian tersebut juga menjelaskan bahwa kondisi harga diri rendah kronis yang berlangsung dalam waktu lama dapat menyebabkan pasien mengalami kesulitan dalam berhubungan sosial dengan lingkungan sekitar.

Penelitian lain oleh Nandela (2025) menyebutkan bahwa pasien skizofrenia dengan harga diri rendah kronis cenderung mengalami isolasi sosial karena pasien merasa malu, tidak percaya diri, dan merasa dirinya tidak diterima oleh lingkungan sekitar. Kondisi tersebut menyebabkan pasien lebih sering menyendiri dan menghindari interaksi sosial.

Implikasi dari masalah harga diri rendah kronis apabila tidak ditangani dapat menyebabkan pasien semakin menarik diri, kehilangan motivasi, mengalami isolasi sosial, serta memperburuk kondisi psikologis pasien. Oleh karena itu diperlukan

intervensi keperawatan yang mampu membantu pasien meningkatkan penilaian positif terhadap dirinya.

2. Diagnosis keperawatan

Diagnosis keperawatan yang ditegakkan pada Tn. P yaitu Harga Diri Rendah Kronis dibuktikan dengan pasien mengatakan merasa tidak berguna, merasa malu dengan kondisinya saat ini, merasa tidak mampu melakukan apapun, tidak memiliki kemampuan atau kelebihan yang dapat dibanggakan, serta merasa menjadi beban bagi keluarga karena tidak dapat bekerja dan membantu perekonomian keluarga seperti sebelumnya. Pasien juga mengatakan sebelumnya bekerja sebagai kuli bangunan, namun saat ini tidak bekerja lagi sehingga pasien merasa gagal menjalankan perannya sebagai pencari nafkah. Secara objektif pasien tampak menunduk, kontak mata kurang, berbicara dengan suara pelan dan lambat, serta tampak lesu dan tidak bersemangat.

Terkait dengan etiologi, harga diri rendah kronis pada pasien berhubungan dengan ideal diri yang tidak tercapai. Menurut Damaiyanti dan Iskandar (2014), hilangnya kepercayaan diri dan perasaan gagal seringkali bermula dari ketidakmampuan individu dalam mencapai keinginan atau harapan yang sesuai dengan ideal dirinya. Pasien yang menghadapi kesenjangan besar antara kenyataan hidup dengan harapan atau ambisinya akan rentan mengalami frustrasi. Hal ini sejalan dengan kondisi Tn. P yang merasa sedih dan gagal karena kehilangan perannya sebagai pencari nafkah sebagai kuli bangunan. Ketidakmampuan mencapai ideal diri ini, jika tidak teratasi dan berlangsung dalam waktu lama, akan membentuk evaluasi dan pandangan negatif terhadap diri sendiri secara terus-

menerus yang pada akhirnya menjadi akar penyebab terjadinya harga diri rendah kronis (Muhith, 2015).

Diagnosis pada kasus ini juga sejalan dengan penelitian Rahmawati dan Ramadhani (2021) yang menyatakan bahwa pasien skizofrenia dengan harga diri rendah kronis sering menunjukkan penilaian negatif terhadap diri sendiri akibat pengalaman kegagalan yang dialami secara berulang. Kondisi tersebut menyebabkan pasien merasa tidak berharga, mengalami penurunan rasa percaya diri, dan cenderung menarik diri dari lingkungan sosial. Penelitian Nandela (2025) juga menyebutkan bahwa pasien dengan harga diri rendah kronis memiliki kecenderungan mengalami isolasi sosial karena merasa malu, tidak percaya diri, dan merasa dirinya tidak diterima oleh lingkungan sekitar.

Implikasi dari diagnosis ini adalah perlunya intervensi keperawatan yang berfokus pada peningkatan konsep diri positif, peningkatan kemampuan pasien mengenali potensi diri, peningkatan rasa percaya diri pasien saat berinteraksi, serta membantu pasien meningkatkan kemampuan interaksi sosial secara bertahap.

3. Intervensi keperawatan

Intervensi keperawatan yang diberikan pada Tn. P meliputi membina hubungan saling percaya, membantu pasien mengidentifikasi kemampuan dan aspek positif yang dimiliki, melatih pasien menyebutkan kemampuan atau pengalaman positif yang pernah dimiliki, memfasilitasi aktivitas sederhana sesuai kemampuan, memberikan penguatan positif, melatih kontak mata saat berinteraksi, serta memberikan terapi afirmasi positif menggunakan media kartu afirmasi.

Terapi afirmasi positif menggunakan media kartu afirmasi dilakukan secara bertahap dimulai dari memperkenalkan kartu afirmasi, meminta pasien memilih kalimat positif sederhana, membaca kartu afirmasi, hingga pasien mampu mengulang afirmasi secara mandiri. Terapi afirmasi positif diberikan selama 20 menit dan dilakukan secara berulang selama 7 kali pertemuan agar pasien lebih mudah membentuk pola pikir positif terhadap dirinya sendiri. Kalimat afirmasi yang digunakan seperti “Saya mampu”, “Saya bisa melakukan aktivitas”, dan “Saya masih mempunyai kemampuan”.

Selain itu, intervensi juga diberikan untuk membantu mengatasi isolasi sosial pasien melalui latihan mempertahankan kontak mata saat berinteraksi, memberikan dukungan emosional, serta memotivasi pasien mengikuti aktivitas sederhana di lingkungan ruangan agar pasien lebih nyaman saat berkomunikasi dengan orang lain.

Intervensi tersebut sesuai dengan teori Keliat dan Hamid (2019) yang menyatakan bahwa terapi afirmasi positif dapat membantu pasien membentuk pola pikir positif, meningkatkan penilaian positif terhadap diri sendiri, meningkatkan rasa percaya diri, dan membantu pasien lebih mampu berinteraksi dengan lingkungan sekitar.

Intervensi pada kasus ini juga didukung oleh penelitian Suharli (2023) yang menyatakan bahwa terapi afirmasi positif efektif meningkatkan konsep diri positif dan membantu menurunkan penilaian negatif terhadap diri sendiri pada pasien dengan harga diri rendah kronis. Selain itu, penelitian Nurfitriani (2025) menyebutkan bahwa terapi afirmasi positif yang dilakukan secara berulang selama

beberapa kali pertemuan mampu meningkatkan komunikasi, meningkatkan kontak mata, dan membantu pasien lebih mampu mengenali kemampuan dirinya. Penelitian lain oleh Nandela (2025) juga menyatakan bahwa penggunaan media kartu afirmasi efektif membantu pasien menjadi lebih aktif saat berinteraksi, lebih percaya diri saat berbicara, dan lebih mampu mengekspresikan kemampuan positif yang dimiliki.

Implikasi dari intervensi tersebut yaitu pasien mulai mampu mengenali kemampuan yang dimiliki, menunjukkan peningkatan kontak mata, lebih aktif saat berinteraksi, lebih percaya diri saat berbicara, dan mulai memiliki penilaian positif terhadap dirinya sendiri.

4. Implementasi keperawatan

Implementasi keperawatan pada Tn. P dilakukan selama 7 kali pertemuan dengan durasi 20 menit setiap sesi. Implementasi yang diberikan meliputi membina hubungan saling percaya, membantu pasien mengenali kemampuan yang dimiliki, memotivasi pasien menyampaikan hal positif tentang dirinya, mendiskusikan pengalaman dan keberhasilan pasien, memberikan penguatan positif, melatih kontak mata saat berinteraksi, serta melatih pasien berinteraksi secara bertahap.

Implementasi dilakukan secara bertahap dimulai dari membina hubungan saling percaya pada pertemuan pertama, membantu pasien mengenali kemampuan positif pada pertemuan kedua, pemberian terapi afirmasi positif mulai pertemuan ketiga, hingga pasien mampu melakukan afirmasi positif secara mandiri dan mempertahankan kontak mata pada pertemuan ketujuh.

Selain itu, diberikan terapi afirmasi positif menggunakan media kartu afirmasi dengan meminta pasien membaca dan mengulang kalimat positif seperti “Saya mampu”, “Saya bisa melakukan aktivitas”, dan “Saya masih mempunyai kemampuan”. Terapi dilakukan secara berulang selama 7 kali pertemuan agar pasien lebih mampu membentuk penilaian positif terhadap dirinya sendiri.

Menurut Keliat dan Hamid (2019), implementasi pada pasien harga diri rendah kronis dilakukan secara bertahap dan konsisten untuk membantu pasien meningkatkan rasa percaya diri, mengenali kemampuan diri, dan meningkatkan kemampuan interaksi sosial.

Hasil implementasi pada kasus ini sejalan dengan penelitian Nurfitriani (2025) yang menyatakan bahwa terapi afirmasi positif yang dilakukan secara berulang selama 7 kali pertemuan efektif meningkatkan rasa percaya diri, komunikasi, dan kontak mata pada pasien harga diri rendah kronis. Penelitian Nandela (2025) juga menyebutkan bahwa penggunaan media kartu afirmasi membantu pasien lebih mampu mengenali kemampuan diri dan meningkatkan interaksi sosial.

Implikasi dari implementasi tersebut yaitu pasien tampak lebih aktif, kontak mata meningkat, lebih percaya diri saat berbicara, serta mulai mampu mengenali kemampuan positif yang dimiliki.

5. Evaluasi keperawatan

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan kondisi pasien setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 7 kali pertemuan sesuai dengan kriteria hasil yang telah ditetapkan. Hubungan saling percaya antara pasien dan perawat berhasil terbina ditandai pasien mampu menjawab salam, mau berjabat tangan, serta mampu menyebutkan nama dan identitas diri. Pasien juga mulai mampu mengenali kemampuan diri yang dimiliki dan menunjukkan penilaian positif terhadap dirinya sendiri.

Selain itu, pasien mulai jarang mengungkapkan perasaan negatif terhadap dirinya seperti merasa tidak berguna, tidak mampu, atau menjadi beban keluarga. Pasien mulai mampu menyebutkan kemampuan atau hal positif yang dimiliki, menunjukkan minat mencoba aktivitas sederhana, serta lebih percaya diri saat melakukan kegiatan. Pasien juga mulai aktif berpartisipasi dalam kegiatan ruangan dan menunjukkan minat mencoba aktivitas sederhana sesuai kemampuannya.

Kontak mata saat berinteraksi meningkat, pasien tampak lebih aktif saat berkomunikasi, lebih kooperatif selama proses keperawatan, dan lebih mampu menerima pujian atau umpan balik positif yang diberikan. Pada akhir evaluasi pasien mampu membaca dan mengulang afirmasi positif secara mandiri seperti “Saya mampu” dan “Saya masih mempunyai kemampuan”.

Menurut Keliat dan Hamid (2019), evaluasi pada pasien harga diri rendah kronis ditandai dengan adanya peningkatan rasa percaya diri, peningkatan

kemampuan mengenali kemampuan diri, peningkatan interaksi sosial, dan menurunnya penilaian negatif terhadap diri sendiri.

Hasil evaluasi pada kasus ini sejalan dengan penelitian Nandela (2025) yang menyatakan bahwa terapi afirmasi positif efektif meningkatkan persepsi diri positif, meningkatkan kemampuan interaksi sosial, dan membantu meningkatkan harga diri pasien dengan harga diri rendah kronis. Penelitian Nurfitriani (2025) juga menyebutkan bahwa pemberian afirmasi positif secara berulang membantu meningkatkan komunikasi, kontak mata, dan rasa percaya diri pasien.

Implikasi dari hasil evaluasi tersebut yaitu terapi afirmasi positif menggunakan media kartu afirmasi dapat membantu pasien berpikir lebih positif, meningkatkan kepercayaan diri, serta membantu meningkatkan kemampuan interaksi sosial pasien secara bertahap.

B. Analisis intervensi terapi afirmasi positif menggunakan media kartu afirmasi sesuai evidence based practice

Terapi afirmasi positif menggunakan media kartu afirmasi merupakan salah satu intervensi nonfarmakologis yang digunakan untuk membantu meningkatkan harga diri pasien dengan gangguan konsep diri harga diri rendah kronis. Terapi ini dilakukan dengan memberikan kalimat-kalimat positif sederhana kepada pasien kemudian pasien diminta membaca dan mengulang kalimat tersebut secara berulang sehingga membantu pasien membentuk pola pikir yang lebih positif terhadap dirinya sendiri.

Pemberian terapi afirmasi positif pada Tn. P dilakukan selama 7 kali pertemuan dengan durasi 20 menit setiap sesi. Kalimat afirmasi yang digunakan seperti “Saya mampu”, “Saya bisa melakukan aktivitas”, dan “Saya masih mempunyai kemampuan”. Selama pelaksanaan terapi, pasien tampak mulai mampu mengulang kalimat afirmasi secara mandiri, kontak mata meningkat, lebih aktif saat berinteraksi, dan lebih percaya diri saat berbicara.

Menurut Keliat dan Hamid (2019), terapi afirmasi positif dapat membantu pasien mengurangi penilaian negatif terhadap diri sendiri, meningkatkan rasa percaya diri, serta membantu pasien mengenali kemampuan positif yang dimiliki. Pengulangan kalimat positif secara konsisten membantu pasien membentuk persepsi diri yang lebih baik sehingga pasien lebih mampu menerima dirinya sendiri.

Penerapan terapi afirmasi positif pada kasus ini didukung oleh evidence based practice dari penelitian Suharli (2023) yang menyatakan bahwa terapi afirmasi positif efektif meningkatkan konsep diri positif dan membantu menurunkan tanda dan gejala harga diri rendah kronis pada pasien skizofrenia. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa pasien menjadi lebih percaya diri, lebih aktif berinteraksi, dan mulai mampu mengungkapkan kemampuan positif yang dimiliki setelah diberikan terapi afirmasi positif secara bertahap.

Selain itu, penelitian Nurfitriani (2025) juga menyebutkan bahwa pemberian terapi afirmasi positif menggunakan media kartu afirmasi selama beberapa kali pertemuan efektif meningkatkan komunikasi, meningkatkan kontak mata, dan membantu pasien meningkatkan rasa percaya diri. Penelitian tersebut menjelaskan

bahwa penggunaan media kartu afirmasi mempermudah pasien mengingat dan memahami kalimat positif yang diberikan.

Penelitian lain oleh Nandela (2025) menunjukkan bahwa terapi afirmasi positif yang dilakukan secara berulang selama 7 kali pertemuan membantu pasien membentuk persepsi diri yang lebih positif, meningkatkan kemampuan interaksi sosial, dan menurunkan perilaku menarik diri pada pasien dengan harga diri rendah kronis.

Berdasarkan hasil penerapan *evidence based practice* pada Tn. P, terapi afirmasi positif menggunakan media kartu afirmasi memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan harga diri pasien. Pasien tampak lebih percaya diri, lebih aktif saat berinteraksi, mampu mempertahankan kontak mata, serta mulai mampu mengenali kemampuan positif yang dimiliki. Oleh karena itu, terapi afirmasi positif menggunakan media kartu afirmasi dapat dijadikan salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam membantu meningkatkan harga diri pasien dengan harga diri rendah kronis.