

BAB II

TINJAUAN TEORI

A. Telaah Pustaka

1. Konsep Harga Diri Rendah

a. Definisi

Harga diri yang rendah adalah emosi manusia yang normal, tetapi dapat menjadi signifikan jika mempengaruhi perilaku sehari-hari, tersebar luas dan terjadi bersamaan dengan penyakit lainnya. Kegagalan berulang yaitu ketika seseorang mengalami ketidakberhasilan berulang kali yang mengakibatkan kurang percaya diri dan negatif terhadap dirinya sendiri (Stevani & Nurbaya, 2024).

Harga diri rendah pada remaja terjadi secara psikologis individu pada fase ini masih berada dalam proses pematangan, khususnya dalam aspek komunikasi dan interaksi sosial. Kondisi harga diri rendah dapat berdampak pada kemampuan remaja dalam menjalin hubungan sosial dengan teman sebayanya (Widianti *et al.*, 2021). Selain itu, Komisi Nasional Perlindungan Anak (2012) melaporkan bahwa prevalensi harga diri rendah pada remaja di Indonesia lebih tinggi dibandingkan dengan remaja di kawasan Asia lainnya, di mana remaja Indonesia memiliki risiko mengalami harga diri rendah sebesar 2% (Widianti *et al.*, 2021).

Penelitian menunjukkan bahwa harga diri rendah tidak berdampak pada persepsi diri seseorang saja tetapi juga berpengaruh terhadap kondisi emosional dan perilaku. Menurut (Antara et al., 2024) bahwa remaja dengan harga diri rendah (*self esteem*) lebih beresiko tinggi mengalami gangguan emosional.

Sementara itu menurut (Lei et al., 2024) harga diri rendah juga berkaitan dengan perilaku maladaptif, termasuk kecenderungan menyakiti diri sendiri (*non-suicidal self-injury / NSSI*). dalam penelitiannya hubungan antara harga diri rendah, depresi, dan self-injury bersifat timbal balik; harga diri rendah dapat memicu depresi, yang selanjutnya meningkatkan resiko self-injury dan perilaku tersebut dapat menurunkan harga diri rendah lebih lanjut.

b. Rentan Respon

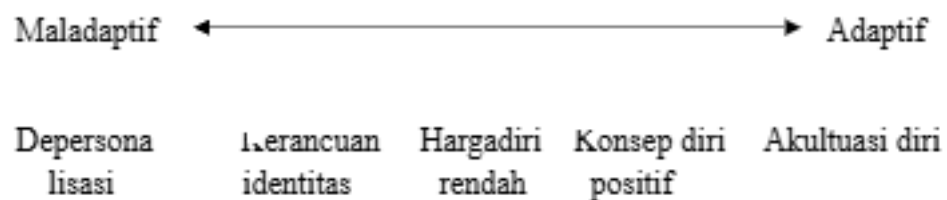


Figure 1 Rentan Respon

(sumber.(Rokhimmah & Rahayu, 2020))

Keterangan :

- 1) Aktualisasi diri yaitu pertanyaan diri tentang konsep diri yang positif dengan latar belakang pengalaman yang nyata, sukses, dan dapat di terima.
- 2) Konsep diri yaitu kondisi individu yang memiliki pengalaman positif dalam beraktualisasi
- 3) Harga diri rendah yaitu transisi dari respon konsep diri adaptif dengan konsep maladaptif
- 4) Identitas kacau yaitu kegagalan individu dalam mengintegrasikan aspek- aspek identitas masa kanak- kanak ke dalam kematangan aspek psikososial kepribadian pada masa dewasa.
- 5) Depersonalisasi yaitu perasaan yang tidak realitis dan asing terhadap diri sendiri yang memiliki ikatan dengan ansietas, kepanikan, serta tidak dapat membedakan dirinya dengan orang lain.

c. Penyebab Harga Diri Rendah

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Stevani & Nurbaya, 2024) harga diri rendah dapat dipicu oleh beberapa faktor utama yang berasal dari pengalaman pribadi maupun lingkungan sekitar individu. Faktor-faktor tersebut meliputi:

1) Kegagalan Berulang

Individu yang sering mengalami kegagalan dalam mencapai tujuan atau harapan yang ditetapkan cenderung menilai dirinya

sendiri secara negatif. Kegagalan berulang membuat seseorang merasa tidak kompeten dan kurang berharga, sehingga memperkuat persepsi negatif terhadap diri sendiri.

2) Ketidaksesuaian Antara Harapan dan Realita

Ketika individu menetapkan standar atau ekspektasi yang tinggi namun tidak mampu mencapainya, muncul perasaan frustrasi dan rendah diri. Ketidaksesuaian ini membuat individu merasa gagal dan tidak mampu memenuhi ekspektasi diri maupun orang lain.

3) Kurangnya Pengakuan dari Orang Lain

Penghargaan dan pengakuan sosial merupakan salah satu aspek penting dalam pembentukan harga diri. Individu yang kurang mendapat dukungan, pujian, atau pengakuan dari keluarga, teman, atau lingkungan sosial cenderung mengalami penurunan harga diri.

4) Paparan Situasi Traumatis

Pengalaman traumatis, baik berupa kekerasan, penolakan, atau pengalaman buruk lainnya, dapat meninggalkan bekas psikologis yang mendalam. Trauma ini dapat membentuk pola pikir negatif dan memperkuat keyakinan bahwa diri sendiri tidak berharga atau tidak mampu.

d. Proses Terjadinya Harga Diri Rendah

Proses terjadinya harga diri rendah dalam konsep stress

adaptasi yang terdiri dari antara lain :

1) Faktor Predisposisi

- a) Faktor biologis yang bersifat *herediter* (keturunan) bisa muncul karena adanya riwayat gangguan jiwa pada anggota keluarga, penyakit kronis, trauma pada kepala, atau penggunaan zat adaptif.
- b) Pengalaman masa lalu yang kurang menyenangkan, seperti pernah di isolasi, ditolak oleh lingkungan atau orang terdekat, serta harapan yang tidak realitis, dapat menjadi pemicu gangguan jiwa. Kegagalan yang berulang, kurang bertanggungjawab pada diri sendiri serta terlalu bergantung pada orang lain juga menjadi salah satu faktor penyebab. Selain itu individu dengan harga diri rendah sering memiliki pandangan negatif terhadap dirinya, mengalami krisis identitas, peran yang tergantung, serta cita - cita yang tidak realitis.
- c) Faktor sosial budaya, seperti penilaian negatif dari lingkungan, kondisi sosial ekonomi yang rendah, tingkat pendidikan yang kurang, serta pengalaman ditolak oleh lingkungan selama masa pertumbuhan anak, dapat memengaruhi harga diri seseorang menjadi rendah.

2) Faktor presipitasi

- a) Riwayat trauma, seperti pengalaman kekerasan seksual serta kejadian psikologis yang tidak menyenangkan, termasuk menyaksikan peristiwa yang membahayakan nyawa, maupun keterlibatan sebagai pelaku, korban, atau saksi dalam tindakan kekerasan.
- b) Ketegangan peran dapat muncul akibat beberapa kondisi, antara lain:
 - (1) Transisi peran perkembangan, yaitu perubahan yang bersifat normatif seiring proses pertumbuhan, seperti peralihan dari masa kanak-kanak menuju remaja. Fase ini memiliki peran penting karena pada masa remaja individu mulai membangun dan memantapkan konsep dirinya.
 - (2) Transisi peran situasional, yang terjadi akibat perubahan struktur keluarga, baik karena penambahan maupun pengurangan anggota keluarga, misalnya melalui kelahiran atau kematian.
 - (3) Transisi peran terkait kondisi kesehatan, yaitu perubahan peran akibat keadaan dari semula sehat menjadi sakit. Hal ini dapat terjadi akibat kehilangan anggota tubuh, perubahan ukuran dan bentuk, penampilan dan fungsi tubuh.

e. Pohon Masalah

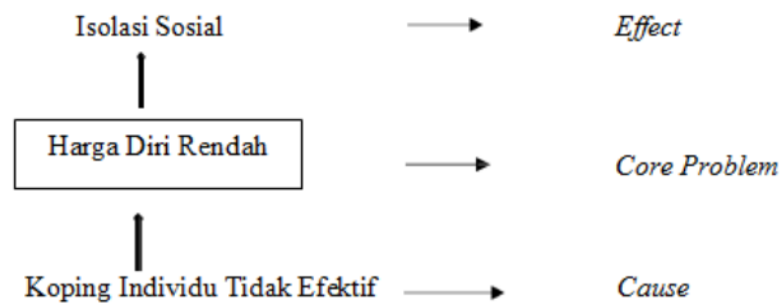


Figure 2 Pohon Masalah

(Nurhidayat, 2024)

f. Tanda dan Gejala Harga Diri Rendah

Tanda dan gejala seseorang mengalami harga diri rendah

Kronis menurut PPNI (2017) antara lain:

Table 2 Tanda dan Gejala

Subjektif		Objektif	
1.	Menilai diri negatif (misal tidak berguna, tidak tertolong)	1.	Enggan mencoba hal baru
2.	Merasa malu/bersalah	2.	Postur tubuh menunduk
3.	Melebih lebihkan penilaian negatif tentang diri sendiri	3.	Berjalan menunduk
4.	Menolak penilaian positif tentang diri sendiri		
5.	Merasa tidak mampu melakukan apapun		
6.	Meremehkan kemampuan mengatasi masalah kehilangan		
7.	Merasa tidak memiliki kelebihan atau kemampuan positif		

g. Manifestasi Harga Diri Rendah

Harga diri rendah yaitu gangguan konsep diri yang ditandai dengan penilaian negatif terhadap diri sendiri. Manifestasi klinis harga diri rendah dapat muncul dalam beberapa aspek, yaitu :

- 1) Manifestasi Afektif (Perasaan) yaitu manifestasi yang muncul akibat kegagalan yang berulang, pengalaman penolakan yang di alami oleh pasien gangguan jiwa.
- 2) Manifestasi Kognitif (Pola Pikir) yaitu aspek yang dialami klien tentang penilaian negatif terhadap kemampuan diri, keyakinan bahwa dirinya tidak mampu, sulit mengenali kelebihan dan potensi.
- 3) Manifestasi Perilaku perilaku yang tampak menarik diri, kurangnya kontak mata, menolak pujian, postur tubuh membungkuk, berbicara pelan dan ragu ragu.
- 4) Manifestasi Sosial yaitu isolasi sosial, kurang beradaptasi dalam aktivitas, kesulitan menjalin hubungan interpersonal, menarik diri.
- 5) Manifestasi Fisiologis dan Perawatan Diri yaitu penampilan tidak rapi, kurangnya perawatan diri, nafsu makan menurun, aktivitas fisik berkurang Tampak lelah dan lesu

h. Mekanisme Koping Harga Diri Rendah

Mekanisme koping merupakan cara yang digunakan individu untuk menghadapi stresor dan permasalahan yang berkaitan dengan penilaian terhadap dirinya sendiri. Pada pasien dengan harga diri rendah, mekanisme koping dapat dibedakan menjadi koping adaptif dan koping maladaptif, tergantung pada kemampuan

individu dalam menerima diri dan menyelesaikan masalah secara sehat.

1) Mekanisme Koping Adaptif

Mekanisme koping adaptif adalah respon positif yang membantu individu mengurangi stres dan meningkatkan penerimaan diri. Bentuk koping adaptif pada pasien harga diri rendah meliputi:

- a) Menerima diri sendiri, meskipun memiliki keterbatasan atau kekurangan.
- b) Mengungkapkan perasaan secara verbal kepada orang lain yang dipercaya.
- c) Mencari dukungan sosial, baik dari keluarga, teman, maupun tenaga kesehatan.
- d) Mengikuti aktivitas terstruktur, seperti terapi aktivitas atau terapi okupasi, untuk menumbuhkan rasa berhasil.
- e) Berpikir positif dan realistis, dengan mengenali kemampuan dan kelebihan yang dimiliki.
- f) Menggunakan strategi pemecahan masalah, bukan menghindari masalah

2) Mekanisme Koping Maladaptif

Mekanisme koping maladaptif adalah respon yang tidak efektif dan memperburuk kondisi harga diri rendah. Bentuk koping maladaptif yang sering ditemukan antara lain:

- a) Menarik diri dari lingkungan sosial (isolasi sosial).
- b) Menghindari aktivitas atau tanggung jawab karena takut gagal.
- c) Menyalahkan diri sendiri secara berlebihan dan memiliki pikiran negatif yang menetap.
- d) Membandingkan diri dengan orang lain secara negatif.
- e) Perilaku pasif dan ketergantungan terhadap orang lain.
- f) Melampiaskan emosi secara tidak tepat, seperti marah, agresif, atau menyakiti diri sendiri.
- g) Menolak bantuan dan dukungan dari orang lain.

3) Peran Keperawatan dalam Meningkatkan Mekanisme Koping

Perawat memiliki peran penting dalam membantu pasien mengganti mekanisme koping maladaptif menjadi koping adaptif melalui:

- a) Komunikasi terapeutik
- b) Identifikasi aspek positif pasien
- c) Terapi aktivitas dan terapi okupasi
- d) Terapi kognitif sederhana
- e) Pemberdayaan pasien melalui aktivitas yang bermakna
- f) Psikoedukasi kepada keluarga

h. Penatalaksanaan Harga Diri Rendah

1) Farmakologi

Farmakoterapi digunakan pada kasus harga diri rendah

yang disertai gangguan mental seperti depresi berat, kecemasan kronis, atau gangguan mood yang memengaruhi kemampuan individu dalam menilai dirinya. Obat-obatan yang digunakan meliputi antidepresan, misalnya SSRI (*Selective Serotonin Reuptake Inhibitor*) untuk mengurangi gejala depresi, dan anxiolytic untuk mengatasi kecemasan berat. Tujuan farmakologi adalah menstabilkan mood dan mengurangi gejala psikopatologis, sehingga pasien menjadi lebih siap mengikuti intervensi psikoterapi dan aktivitas kreatif. Namun, pada harga diri rendah yang bersifat situasional atau ringan, farmakoterapi biasanya tidak diperlukan, dan fokus diberikan pada intervensi psikososial dan terapi aktivitas.

2) Psikoterapi

Psikoterapi menjadi intervensi utama dalam penatalaksanaan harga diri rendah. Salah satu pendekatan yang paling efektif adalah *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT), yang membantu pasien mengenali pikiran negatif dan menggantinya dengan pikiran positif. Studi oleh (Li et al., 2023). menunjukkan bahwa individu dengan harga diri rendah cenderung menggunakan koping negatif, sehingga intervensi kognitif dapat membantu membentuk persepsi diri yang lebih sehat dan meningkatkan kemampuan koping adaptif.

Selain *Cognitive Behavioral Therapy*, terapi afirmasi positif atau *positive self-talk* dapat diterapkan, yaitu pasien dilatih untuk mengucapkan kalimat positif tentang dirinya sendiri, sehingga perlahan persepsi negatif terhadap diri dapat diubah menjadi positif. Konseling individu maupun kelompok juga berperan penting, karena pasien dapat berbagi pengalaman, mendapatkan dukungan sosial, dan belajar strategi koping dari orang lain yang mengalami situasi serupa. Dalam beberapa kasus, terapi Gestalt atau psikodinamik dapat digunakan untuk mengeksplorasi pengalaman masa lalu atau konflik internal yang menjadi akar harga diri rendah.

3) Terapi Aktivitas

Intervensi melalui aktivitas kreatif dan produktif terbukti efektif dalam meningkatkan harga diri. Terapi seni, seperti melukis, menggambar, menulis, atau membuat kerajinan tangan (misal: membuat tas dari bahan limbah), memberikan pengalaman sukses nyata bagi pasien. Aktivitas ini tidak hanya meningkatkan rasa kompeten dan pencapaian, tetapi juga memberikan medium untuk mengekspresikan perasaan dan pemikiran, yang membantu membangun persepsi diri positif. Penelitian oleh (Handayani et al., 2025) menunjukkan bahwa

terapi aktivitas melalui kerajinan tangan dapat meningkatkan *self-esteem* pasien dengan harga diri rendah.

1. Konsep Terapi Aktivitas

a. Definisi Terapi Aktivitas

Terapi aktivitas berbasis kerajinan (*crafts-based activity therapy*) adalah suatu pendekatan terapeutik yang memanfaatkan kegiatan kreatif dan manual, seperti merajut, menjahit, menggambar, *pottery*, atau kerajinan tangan lainnya, sebagai media intervensi untuk meningkatkan kesehatan mental, kesejahteraan psikologis, dan kualitas hidup. Melalui keterlibatan aktif dalam aktivitas ini, individu memperoleh pengalaman pencapaian (*sense of achievement*), eksplorasi diri, ekspresi kreatif, serta penguatan identitas dan nilai diri. Aktivitas ini juga dapat meningkatkan *self-esteem*, *self-efficacy*, suasana hati (*mood*), kepuasan hidup, dan mengurangi gejala stres, kecemasan, serta depresi. (Bukhave & Frandsen, 2025)

b. Tujuan Terapi Aktivitas

Terapi aktivitas merupakan salah satu pendekatan yang paling banyak digunakan dalam keperawatan jiwa. Pendekatan ini memanfaatkan berbagai aktivitas yang bermakna seperti seni, kerajinan tangan, permainan, kegiatan rekreasi, atau aktivitas kehidupan sehari-hari. Tujuan dari terapi aktivitas adalah untuk

meningkatkan kesehatan mental, memperbaiki fungsi sosial, serta meningkatkan kualitas hidup individu. Melalui keterlibatan aktivitas bermakna, klien memperoleh kesempatan untuk mengekspresikan diri, meningkatkan rasa percaya diri, memperkuat coping adaptif, dan mengembangkan keterampilan baru. Menurut (Bukhave & Frandsen, 2025) menunjukan bahwa intervensi yang berbasis aktivitas, khususnya yang menyimpan kerajinan tangan, berkontribusi dalam peningkatan *self-esteem*, *self-efficacy*, *well-being*, *life satisfaction*, serta menurunkan gejala stres, kecemasan, serta depresi. Dengan demikian, terapi aktivitas memiliki tujuan yang meliputi:

- 1) Meningkatkan kesehatan mental, terutama dalam menurunkan stres, kecemasan, dan depresi.
- 2) Meningkatkan harga diri (*self-esteem*) dan kemampuan diri (*self-efficacy*).
- 3) Meningkatkan kesejahteraan subjektif (*well-being*) dan kepuasan hidup.
- 4) Mengembangkan keterampilan sosial dan meningkatkan partisipasi sosial.
- 5) Meningkatkan fungsi sehari-hari dan kualitas hidup terkait kesehatan.
- 6) Memperkuat coping adaptif dan regulasi emosi melalui aktivitas yang terstruktur.

c. Karakteristik Terapi Aktivitas

Terapi aktivitas yaitu bentuk intervensi yang menempatkan aktivitas bermakna dan produktif sebagai media terapeutik untuk membantu individu untuk meningkatkan kesehatan mental, fungsi sosial, serta keterampilan hidup sehari-hari. Karakteristik utama dari terapi aktivitas dapat dijabarkan sebagai berikut:

1) Aktivitas Bermakna dan Personal

Aktivitas yang digunakan dalam terapi dipilih berdasarkan makna personal bagi klien, sehingga klien merasa termotivasi dan terlibat dalam prosesnya. Aktivitas yang bermakna dapat berupa kerajinan tangan, seni, permainan terapeutik, latihan kehidupan sehari-hari, atau keterampilan sosial. Kegiatan seperti ini memungkinkan individu merasakan pencapaian dan meningkatkan rasa kompetensi (*self-efficacy*).

2) Terstruktur dan Memiliki Tujuan Terapeutik

Terapi aktivitas dirancang secara sistematis dengan tujuan yang jelas, misalnya memperbaiki kesejahteraan psikologis, meningkatkan kemandirian, atau memperkuat keterampilan sosial. Kegiatan dipilih dan diatur untuk mendukung pencapaian tujuan tersebut, sehingga tidak bersifat acak atau hanya mengisi waktu senggang.

3) Partisipasi Aktif Klien

Salah satu karakteristik penting adalah klien berperan aktif dalam kegiatan, bukan hanya menjadi objek terapi. Partisipasi aktif ini meningkatkan keterlibatan emosional, kognitif, dan fisik klien dalam proses terapi, sehingga memperkuat efek terapeutik serta membantu klien merasa memiliki kontrol terhadap proses pemulihan (Nasiri et al., 2025).

4) Fleksibel dan Disesuaikan dengan Kebutuhan

Terapi aktivitas fleksibel dalam pemilihan jenis aktivitas dan intensitasnya, sehingga dapat disesuaikan dengan kebutuhan, kemampuan, kondisi fisik, preferensi pribadi, serta konteks sosial klien. Fleksibilitas ini penting agar terapi dapat diterapkan pada berbagai populasi, seperti anak kecil, remaja, dewasa, hingga lansia atau pasien dengan gangguan mental.

5) Meningkatkan Regulasi Emosi dan Fungsi Sosial

Melalui keterlibatan dalam aktivitas yang bermakna, klien memperoleh kesempatan untuk mengekspresikan perasaan, mengelola stres, serta membangun hubungan sosial yang positif. Karakteristik ini membuat terapi aktivitas efektif tidak hanya untuk aspek fungsional tetapi juga kesehatan mental dan partisipasi sosial. (Nasiri et al., 2025)

6) Berbasis Bukti dan Multidisipliner

Intervensi aktivitas sering kali diterapkan dalam konteks terapi okupasi yang berbasis bukti (*evidence-based*) dan melibatkan pendekatan multidisipliner, misalnya kolaborasi antara perawat, terapis okupasi, psikolog, dan profesional lainnya untuk mencapai hasil yang optimal. (Nasiri *et al.*, 2025)

d. Tahap – Tahap Terapi Aktivitas

1) Tahap Pengkajian

Pada tahap awal, perawat/terapis mengkaji:

- a) Minat klien terhadap kegiatan kerajinan tangan.
- b) Kemampuan motorik halus (menggunting, menjahit, merangkai).
- c) Kemampuan kognitif (memahami instruksi, fokus, mengikuti langkah).
- d) Kondisi emosi dan motivasi (khususnya pada klien dengan harga diri rendah).
- e) Riwayat aktivitas sebelumnya.

Tujuan: menentukan apakah aktivitas membuat tas sesuai dan aman bagi klien.

2) Tahap Perencanaan

Pada tahap ini, terapis menyusun:

- a) Tujuan terapi, misalnya:
 - (1) meningkatkan harga diri,
 - (2) meningkatkan kemampuan motorik halus,
 - (3) meningkatkan konsentrasi,
 - (4) meningkatkan rasa percaya diri dan pencapaian.
- b) Jenis tas yang akan dibuat (tas jinjing sederhana, tas rajut, tas kain flanel, tas dari limbah plastik).
- c) Durasi dan jumlah sesi (misalnya 3–5 kali pertemuan).
- d) Strategi pendampingan, apakah dilakukan individual atau kelompok.

Tujuan: merumuskan rencana kegiatan yang jelas dan sesuai kemampuan klien.

3) Tahap Persiapan

Meliputi:

- a) Menyiapkan bahan: kain flanel, benang, jarum, gunting, lem, hiasan, plastik daur ulang, dsb.
- b) Menyiapkan alat pendukung: meja kerja, alas potong, pola tas.
- c) Menjelaskan langkah-langkah pembuatan tas kepada klien dengan bahasa sederhana.
- d) Menyiapkan lingkungan yang aman dan kondusif dengan

tujuan memastikan kegiatan dapat dilakukan dengan lancar.

4) Tahap Pelaksanaan

Kegiatan inti dapat dibagi menjadi sub-langkah:

a) Menyambung bagian tas

Menggunakan teknik sederhana (merangkai).

b) Membentuk tas

Menyatukan bagian depan, belakang, dasar, dan handle.

c) Menghias tas

Menambahkan dekorasi sesuai kreativitas (kancing, manik, flanel, pita).

Pendampingan terapis:

a) memberi pujian,

b) meningkatkan motivasi,

c) membantu jika ada kesulitan teknis,

d) memberi ruang bagi klien untuk merasa “berhasil”.

Tujuan: menumbuhkan rasa kompeten dan percaya diri melalui aktivitas yang menghasilkan produk nyata.

5) Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan terhadap:

a) Tingkat partisipasi klien selama kegiatan.

b) Perubahan emosi (lebih tenang, lebih bersemangat, lebih percaya diri).

- c) Kemampuan mengikuti instruksi.
- d) Kualitas hasil tas (bukan untuk penilaian estetika, tetapi proses).
- e) Pencapaian tujuan terapi (misal peningkatan harga diri).

Tujuan: menilai efektivitas terapi aktivitas membuat tas.

3. Asuhan Keperawatan Harga Diri Rendah

a. Pengkajian

Pengkajian keperawatan merupakan landasan utama dalam pemberian asuhan keperawatan yang disesuaikan dengan kebutuhan klien. Proses pengkajian yang dilakukan secara menyeluruh dan sistematis berdasarkan kondisi faktual pasien sangat diperlukan untuk menetapkan diagnosis keperawatan, sehingga asuhan keperawatan dapat diberikan sesuai dengan respons individu terhadap masalah kesehatan yang dialami (Kartikasari, Fitriana¹, Yani, Achir, Azidin, 2020)

Pengkajian dalam asuhan keperawatan harga diri rendah adalah proses sistematis yang dilakukan perawat untuk mengumpulkan, mengorganisasi, dan menganalisis data mengenai kondisi fisik, psikologis, sosial, dan spiritual pasien yang berkaitan dengan masalah harga diri. Pengkajian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tanda dan gejala harga diri rendah, memahami penyebab atau faktor pemicu, serta mengetahui bagaimana masalah tersebut memengaruhi perilaku, hubungan sosial, dan fungsi sehari-hari pasien.

Dalam konteks harga diri rendah, pengkajian berfokus pada:

- 1) Persepsi pasien tentang diri sendiri (kemampuan, kekuatan, dan kelemahan).
- 2) Pikiran negatif atau keyakinan maladaptif tentang diri.
- 3) Perilaku menarik diri, pasif, merasa gagal, atau tidak berharga.
- 4) Faktor penyebab seperti pengalaman kegagalan, kritik berlebihan, trauma, atau kurang dukungan sosial.
- 5) Dampak harga diri rendah terhadap emosi, kontrol diri, dan kemampuan berinteraksi.

b. Diagnosa Keperawatan

Diagnosa keperawatan ialah penilaian klinis terhadap respons atas masalah kesehatan atau proses, baik yang aktual maupun potensial. Diagnosis keperawatan bertujuan untuk mengidentifikasi respons pasien terhadap situasi yang berkaitan dengan masalah kesehatan (PPNI, 2017) diagnosa yang dapat ditegaskan adalah **harga diri rendah kronis (D.0086)**

c. Intervensi Keperawatan

Intervensi keperawatan yaitu merupakan segala tindakan yang dilakukan oleh perawat berdasarkan pada pengetahuan dan penilaian untuk mencapai luaran yang diharapkan. Luaran keperawatan adalah aspek- aspek yang dapat diobservasi dan diukur,

meliputi kondisi, perilaku, atau persepsi pasien, keluarga, atau komunitas sebagai respons terhadap intervensi keperawatan (PPNI, 2018). Intervensi yang akan diterapkan pada pasien harga diri rendah kronis ialah terapi aktivitas membuat kerajinan tangan (SIKI I.05186). Dengan tujuan untuk meningkatkan harga diri pasien dan motivasi pasien.

Table 3 Intervensi Keperawatan

No	Diagnosa Keperawatan	Tujuan	Intervensi Keperawatan	Rasional
1	Harga Diri rendah Kronis (D.0086)	Sestelah di lakukan tindakan keperawatan selama empat kali pertemuan, di harapkan harga diri meningkat dengan kreteria hasil: 1. Penilaian diri positif meningkat. 2. Perasaan memiliki kelebihan/kemampuan positif meningkat 3. Penerimaan penilaian positif terhadap diri sendiri meningkat 4. Minat mencoba hal baru meningkat 5. Perasaan malu menurun SLKI (L.09069)	Terapi Aktivitas (I. I.05186) Observasi 1. Identifikasi defisit tingkat aktivitas 2. Identifikasi kemampuan berpartisipasi dalam aktivitas tertentu 3. Identifikasi sumber daya untuk aktivitas yang diinginkan 4. Identifikasi strategi meningkatkan partisipasi dalam aktivitas 5. Identifikasi makna aktivitas rutin (mis. bekerja) dan waktu luang 6. Monitor respons emosional, fisik, sosial, dan spiritual terhadap aktivitas Terapeutik 1. Motivasi yang terlibat dalam verbalisasi positif untuk diri sendiri 2. Motivasi menerima tantangan atau hal baru	Terapi Aktivitas (I. I.05186) Observasi 1. Mengkaji tingkat kepercayaan diri dan persepsi pasien terhadap kemampuan diri. 2. Mengobservasi sikap pasien selama aktivitas (pasif, ragu, atau menarik diri). 3. Menilai kemampuan motorik halus dan konsentrasi pasien saat melakukan kerajinan tangan. 4. Mengidentifikasi minat pasien terhadap jenis aktivitas keterampilan yang diberikan. Terapeutik 5. Memberikan aktivitas kerajinan tangan yang

	3. Diskusikan pernyataan tentang harga diri 4. Diskusikan kepercayaan terhadap penilaian diri 5. Diskusikan pengalaman yang meningkatkan harga diri 6. Diskusikan persepsi negatif diri 7. Diskusikan alasan mengkritik diri atau rasa bersalah 8. Diskusikan penetapan tujuan realistis untuk mencapai harga diri yang lebih tinggi 9. Diskusikan bersama keluarga untuk menetapkan harapan dan batasan yang jelas 10. Berikan umpan balik positif atas peningkatan mencapai tujuan 11. Fasilitasi lingkungan dan aktivitas yang meningkatkan harga diri	sesuai dengan kemampuan pasien. 6. Mendampingi pasien selama proses pembuatan kerajinan untuk meningkatkan rasa aman. 7. Memberikan penguatan positif atas usaha dan hasil karya pasien. 8. Mendorong pasien untuk menyelesaikan aktivitas hingga tuntas. 9. Membantu pasien mengenali keberhasilan sebagai bentuk peningkatan kemampuan diri.
Edukasi	1. Jelaskan kepada keluarga pentingnya dukungan dalam perkembangan konsep positif diri pasien 2. Anjurkan mengidentifikasi	Edukasi 10. Menjelaskan tujuan terapi aktivitas dalam meningkatkan harga diri pasien. 11. Memberikan motivasi agar pasien percaya pada kemampuan yang dimiliki.

	kekuatan yang dimiliki	
3.	Anjurkan mempertahankan kontak mata saat berkomunikasi dengan orang lain	12. Mengajarkan pasien untuk menghargai hasil karya sendiri, bukan membandingkan dengan orang lain.
4.	Anjurkan membuka diri terhadap kritik negative	13. Mendorong pasien untuk mengembangkan keterampilan secara mandiri.
5.	Anjurkan mengevaluasi perilaku	14. Mengedukasi pasien bahwa keterampilan dapat dimanfaatkan dalam kehidupan sehari-hari.
6.	Ajarkan cara mengatasi bullying	
7.	Latih peningkatan tanggung jawab untuk diri sendiri	
8.	Latih pernyataan/kemampuan positif diri	
9.	Latih cara berfikir dan berperilaku positif	
10.	Latih meningkatkan kepercayaan pada kemampuan dalam menangani situasi	

d. Implementasi Keperawatan

Implementasi keperawatan merupakan dalam proses keperawatan. Implementasi adalah tahapan saat perawat melakukan pengaplikasian rencana asuhan keperawatan ke dalam bentuk intervensi keperawatan untuk membantu pasien mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Dalam melakukan implementasi keperawatan, dilakukan dalam bentuk catatan dokumentasi yang bertujuan untuk melihat perkembangan yang di alami oleh pasien ataupun rencana yang belum terlaksana sehingga rencana yang di berikan bisa maksimal (Monika Yolanda, Reska Handayani, Aulia Asman, 2023).

e. Evaluasi Keperawatan

Evaluasi keperawatan merupakan proses intelektual yang berfungsi melengkapi rangkaian proses keperawatan dengan menilai sejauh mana pencapaian diagnosis keperawatan, perencanaan, dan pelaksanaan intervensi yang telah dilakukan. Pada tahap evaluasi ini, penulis menerapkan metode SOAP untuk menilai efektivitas tindakan keperawatan yang diberikan selama beberapa hari masa perawatan (Faquita et al., 2023).

B. Kerangka Teori

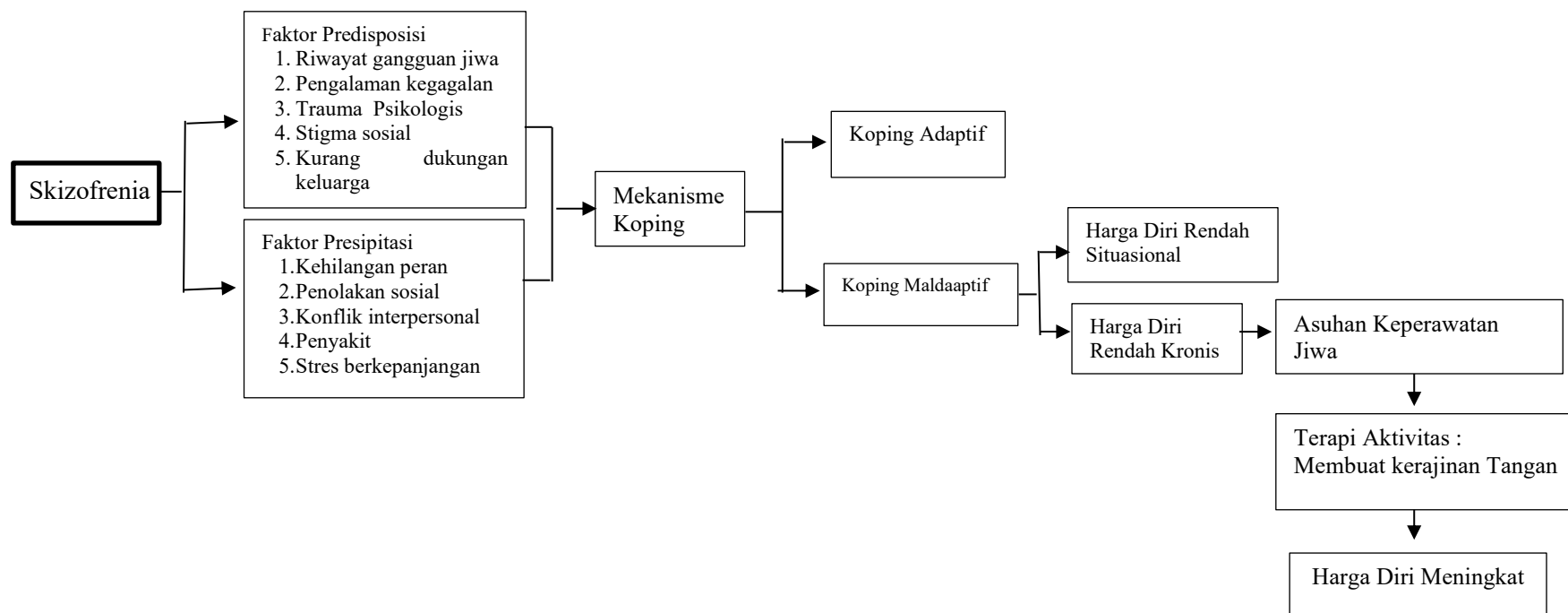


Figure 3 Kerangka Teori

(Sumber (Lestari et al., 2025), (Agustina & Isriyanto, 2023), (Intania & Untari, 2024))