



# **ASUHAN KEPERAWATAN HARGA DIRI RENDAH KRONIK**

**Oleh :  
Ns. Miftakhul Ulfa, S.Kep.M.Kep**

HDR yang berkepanjangan termasuk kondisi tidak sehat mental karena dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan lain, terutama kesehatan jiwa

## Definisi

perasaan tidak berharga, tidak berarti dan rendah diri yang berkepanjangan akibat evaluasi negatif terhadap diri sendiri dan kemampuan diri  
**(Keliat dkk, 2011)**

merupakan evaluasi diri negatif yang berkepanjangan/perasaan tentang diri atau kemampuan diri  
**(Herdman, 2012).**

# Tujua<sub>11</sub>

1. Menjelaskan konsep **HDRK**
2. Menguraikan langkah-langkah proses keperawatan harga diri rendah: pengkajian, merumuskan Diagnosis, rencana, implementasi dan evaluasi
3. Mendokumentasikan hasil askep **HDRK**
4. Mempraktekan askep HDRK



# Faktor Predisposis

## BIOLOGIK

- Faktor herediter anggota keluarga yang mengalami gangguan jiwa
- Riwayat penyakit atau trauma kepala

## PSIKOLOGIK

- Penolakan dan harapan orang tua yang tidak realistis
- Kegagalan berulang
- Kurang mempunyai tanggungjawab personal
- Ketergantungan pada orang lain
- Ideal diri yang tidak realistis
- Penilaian negatif pasien terhadap gambaran diri, krisis identitas, peran yang terganggu
- Pengaruh penilaian internal individu
- Pengalaman masa lalu yang tidak menyenangkan
- Kepribadian mudah kecewa, putus asa

## SOSIAL BUDAYA

- Penilaian negatif dari lingkungan terhadap pasien yang mempengaruhi penilaian pasien
- Sosial ekonomi rendah
- Riwayat penolakan lingkungan pada tahap tumbuh kembang anak
- Tingkat pendidikan rendah
- Pendapatan: penghasilan rendah
- Pekerjaan: stressful! dan berisiko tinggi

# FAKTOR PRESIPITASI

- ▶ Trauma: penganiayaan seksual dan psikologis atau menyaksikan peristiwa yang mengancam kehidupan
- ▶ Ketegangan peran: berhubungan dengan peran atau posisi yang diharapkan dan individu mengalaminya sebagai frustrasi.
  - Transisi peran perkembangan
  - Transisi peran situasi
  - Transisi peran sehat-sakit

# TANDA DAN GEJALA

## SUBYEKTIF

V Menilai diri negatif  
V Merasa tidak berarti/tidak berharga  
Merasa malu/ minder  
V Merasa tidak mampu melakukan apapun  
Meremehkan kemampuan yang dimiliki  
V Merasa tidak memiliki kelebihan

## OBJEKTIF

- ( Penurunan produktivitas
  - o Tidak berani menatap lawan bicara
  - o Lebih **banyak** menundukkan kepala saat berinteraksi
  - o Bicara lambat dengan nada suara lemah
  - o Ekspresi wajah datar
  - o Tergantung pada orang lain
  - o Pasif

# WAWANCARA

- Bagaimana pandangan/ penilaian Anda tentang diri sendiri?
  - Bagaimana penilaian Anda terhadap diri sendiri mempengaruhi hubungan Anda dengan orang lain?
- Apa yang menjadi harapan Anda?
- Apa saja harapan yang telah Anda capai?
- Apa saja harapan yang belum berhasil Anda capai?
- Apa upaya yang Anda lakukan untuk mencapai harapan yang belum terpenuhi?

# OBSERVASI:

a Penurunan produktivitas

Tidak berani menatap lawan bicara

- Lebih banyak menundukkan kepala saat berinteraksi
- Bicara lambat dengan nada suara lemah
- Ekspresi wajah datar
- Tergantung pada orang lain
- Pasif

# MEKANISME KOPING:

- Regresi
- Proyeksi
- Denial
- Introyeksi
- Represi
- Displacement

**DIAGNOSA KEPERAWATAN**

**HARGA DIRI RENDAH KRONIK**

# TUJUAN

## **Pasien mampu:**

- Membina hubungan saling percaya
- Mengidentifikasi kemampuan dan aspek positif yang dimiliki
- Menilai kemampuan yang dapat digunakan
- Menetapkan/memilih kegiatan yang sesuai kemampuan
- Melatih kegiatan yang telah dipilih sesuai kemampuan
- Merencanakan kegiatan yang telah dilatihnya

# TINDAKAN KEPERAWATAN

## **Bina hubungan saling percaya:**

- Ucapkan salam setiap kali berinteraksi dengan pasien.
- Perkenalkan diri dengan pasien: perkenalkan nama dan nama panggilan yang perawat sukai, tanyakan nama dan nama panggilan pasien yang disukai.
- Tanyakan perasaan dan keluhan pasien saat ini.
- Buat kontrak asuhan: apa yang akan perawat lakukan bersama pasien, berapa lama akan dikerjakan, dan tempatnya dimana.
- Jelaskan bahwa perawat akan merahasiakan informasi yang diperoleh untuk kepentingan terapi.
- Tunjukkan sikap empati terhadap pasien.
- Penuhi kebutuhan dasar pasien bila memungkinkan.

# TINDAKAN KEPERAWATAN

**Identifikasi kemampuan dan aspek positif yang masih dimiliki pasien :**

- Diskusikan kemampuan melakukan kegiatan dan aspek positif pasien (buat daftar kegiatan)
- Beri pujian yang realistis dan hindarkan memberikan penilaian yang negatif setiap kali bertemu dengan pasien

# TINDAKAN KEPERAWATAN

**Bantu pasien menilai kemampuan yang dapat digunakan :**

- !• Bantu pasien menilai kegiatan yang dapat dilakukan saat ini (pilih dari daftar kegiatan): buat daftar kegiatan yang dapat dilakukan saat ini
- !• Bantu pasien menyebutkannya dan memberi penguatan terhadap kemampuan diri yang diungkapkan pasien

# TINDAKAN KEPERAWATAN

**Bantu pasien untuk dapat memilih/  
menetapkan kegiatan berdasarkan  
daftar kegiatan yang dapat dilakukan:**

➤ Diskusikan kegiatan yang akan dipilih  
untuk dilatih saat pertemuan

▶ Bantu pasien memberikan alasan  
terhadap pilihan yang ia tetapkan

# TINDAKAN KEPERAWATAN

## Latih kegiatan yang telah dipilih pasien :

- Latih kegiatan yang dipilih (alat dan cara melakukannya)
- !• Masukkan pada jadual kegiatan untuk latihan dua kali per hari
- Berikan dukungan dan pujian yang nyata setiap kemajuan yang diperlihatkan ps

# TINDAKAN KEPERAWATAN

**Rencanakan kegiatan sesuai kemampuan pasien dan menyusun rencana kegiatan:**

- Beri kesempatan pada pasien untuk mencoba kegiatan yang telah dilatihkan.
- Beri pujian atas aktivitas/kegiatan yang dapat dilakukan pasien setiap hari.
- Tingkatkan kegiatan sesuai dengan tingkat toleransi dan perubahan setiap aktivitas.
- Susun daftar aktivitas yang sudah dilatihkan bersama pasien dan keluarga.
- Beri kesempatan pasien untuk mengungkapkan perasaannya setelah pelaksanaan kegiatan.
- Yakinkan bahwa keluarga mendukung setiap aktivitas yang dilakukan pasien.

# TINDAKAN KEPERAWATAN TERHADAP KELUARGA

## Tujuan

### **Keluarga mampu :**

- mengenal masalah harga diri rendah
- mengambil keputusan untuk merawat harga diri rendah
- merawat harga diri rendah
- memodifikasi lingkungan yang mendukung meningkatkan harga diri pasien
- menilai perkembangan perubahan kemampuan pasien
- memanfaatkan fasilitas pelayanan kesehatan

# TINDAKAN KEPERAWATAN

- Mendiskusikan masalah yang dirasakan dalam merawat pasien
- Menjelaskan pengertian, tanda dan gejala, proses terjadinya harga diri rendah
- Melatih keluarga cara merawat harga diri rendah
- Membimbing keluarga merawat harga diri rendah
- Melatih keluarga menciptakan suasana keluarga dan lingkungan yang mendukung meningkatkan harga diri pasien
- Mendiskusikan tanda dan gejala kekambuhan yang memerlukan rujukan segera ke fasilitas pelayanan kesehatan
- Menganjurkan *follow up* ke fasilitas pelayanan kesehatan secara teratur.

# Evaluasi

## Kemampuan Pasien :

- Mengungkapkan kemampuan dan aspek positif yang dimiliki
- Menilai dan memilih kemampuan yang dapat dikerjakan
- Melatih kemampuan yang dapat dikerjakan
- Membuat jadwal kegiatan harian
- Melakukan kegiatan sesuai jadwal kegiatan harian
- Merasakan manfaat melakukan kegiatan positif dalam mengatasi harga diri rendah

# Evaluasi

## **Kemampuan Keluarga (*Care Giver*):**

- Mengenal harga diri rendah yang dialami pasien (pengertian, tanda dan gejala, dan proses terjadinya harga diri rendah)
- e Mengambil keputusan merawat harga diri rendah
- Merawat harga diri rendah
- Menciptakan suasana keluarga dan lingkungan yang mendukung pasien untuk meningkatkan harga dirinya
- Memantau peningkatan kemampuan pasien dalam mengatasi harga diri rendah
- Melakukan *follow up* ke Puskesmas, mengenal tanda kambuh dan melakukan rujukan.



**Terima Kasih.....**