



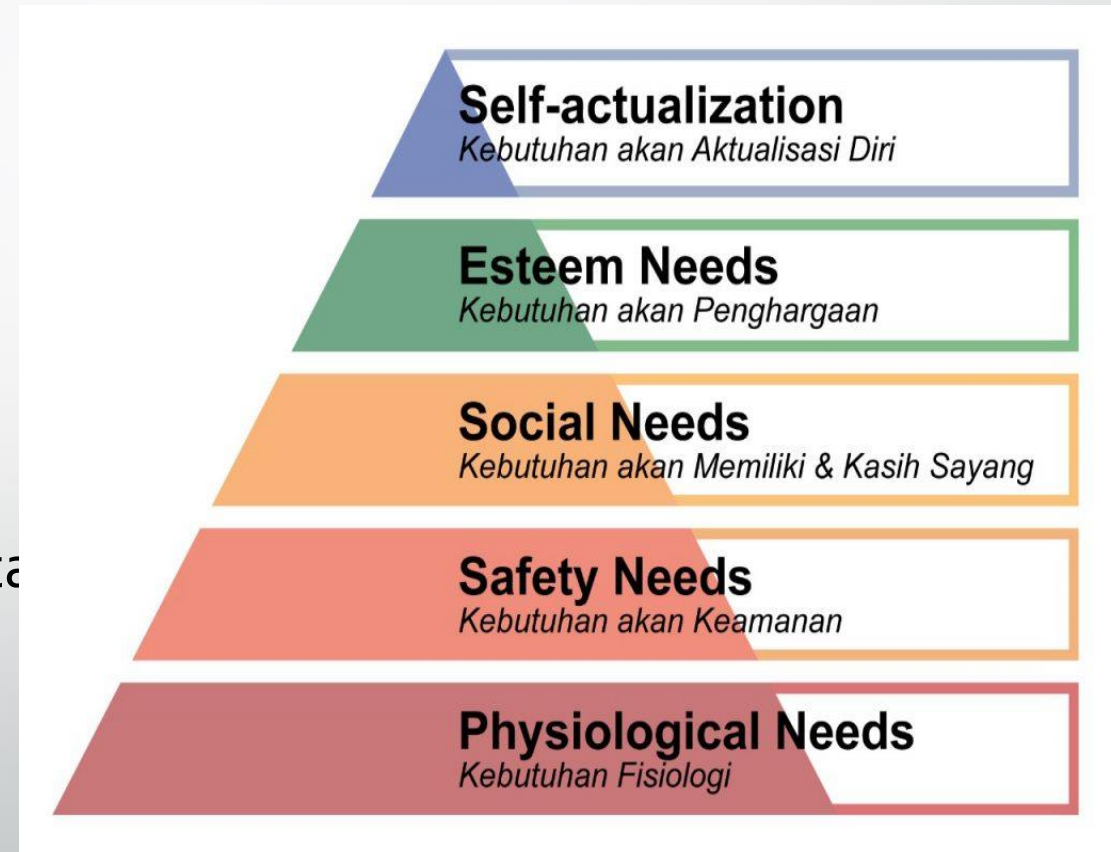
# **Kebutuhan Konsep Diri : HARGA DIRI (*Self Esteem*)**

**Rudi Haryono, M.Kep**

# Harga Diri



- Menurut Maslow (pencetus kebutuhan dasar manusia), harga diri adalah satu bagian dari hierarki kebutuhan dasar manusia.
- Harga Diri adalah Penilaian individu terhadap hasil yang dicapai dengan menilai seberapa jauh perilaku memenuhi tujuan idealnya, dengan kata lain penilaian terhadap dirinya sendiri. (Stuart and Sundeen, 1998)



# Faktor yang mempengaruhi Harga Diri



Menurut Michener, Delamater & Myers (dalam Anggraeni, 2010) :

- ***Family Experience*** (Latar belakang kultur keluarga)
- ***Performance Feedback*** (umpan balik terhadap kemampuan seseorang)
- ***Social Comparison*** (Membandingkan performa diri dengan orang lain)



*Para Ahli lain menyebutkan factor-factor lain adalah sebagai berikut :*

- Penerimaan/ penghinaan terhadap diri
- Lingkungan
- Pola Asuh
- Interaksi dengan orang lain
- Kepercayaan dan Nilai
- Kematangan dan herediter

## 4 Aspek dalam Harga Diri



*Menurut Coopersmith (dalam Andarini, et al., 2012) :*

- Power → kemampuan untuk bisa mengontrol tingkah laku diri sendiri
- Significance/Keberartian → kepedulian dan perhatian yang diterima dari orang lain merupakan penghargaan dan minat orang lain terhadap dirinya
- Virtue/Kebajikan → Ketaatan mengikuti kode moral, etika dan prinsip keagamaan
- Competence/Kemampuan → Kesuksesan atau keberhasilan dalam mencapai prestasi

# Komponen Utama Harga Diri



- ***Sense of security*** (Rasa aman dalam lingkungan)
- ***Sense of identity*** (Identitas diri yang berbeda dengan orang lain dan memiliki keunikan tersendiri, berbagai potensi, kekuatan dan kelemahan)
- ***Sense of belonging*** (melibatkan perasaan menjadi bagian dari dunia)
- ***Sense of purpose*** (perasaan yang optimis dalam menetapkan tujuan)
- ***Sense of personal competence*** (perasaan bangga terhadap kemampuan menghadapi masalah)

# Rentang Respon Konsep Diri



Respon Adaptif ← → Respon Mal Adaptif

---

Aktualisasi  
Diri

Konsep  
Diri Positif

Harga Diri  
Rendah

Kerancuan  
Identitas

Depersona  
lisasi



- **Aktualisasi diri** → proses menjadi diri sendiri dan mengembangkan sifat dan potensi diri yang unik
- **Harga Diri Positif** → memandang positif terhadap dirinya

### MASALAH DALAM HARGA DIRI :

- **Harga Diri Rendah** → perasaan negative terhadap diri, memandang dirinya penuh dengan kekurangan tanpa ada kelebihan
- **Kerancuan Identitas** → kegagalan individu mengintegrasikan aspek identitas masa kanak-kanak ke dalam kematangan aspek psikososial, kepribadian pada masa dewasa
- **Depersonalisasi** → perasaan terlepas dari dirinya, dapat mengamati tubuhnya sendiri, hal-hal sekitarnya tidaklah nyata, kehilangan pegangan hidup.



# ASUHAN KEPERAWATAN



- ***Pengkajian :***
- Subyektif : Mengatakan bahwa dirinya tidak berguna, orang-orang memandang rendah dirinya, Orang-orang selalu menghina, Tidak memiliki kelebihan, dsb
- Objektif : selalu menunduk saat berkomunikasi, kontak mata kurang, murung/sedih

# ASUHAN KEPERAWATAN HDR



## *Outcome:*

- Pasien mampu memahami tentang hubungan antara harga diri positif dengan pemecahan masalah
- Pasien mampu melakukan keterampilan positif
- Pasien mampu melakukan pemecahan masalah dan umpan balik positif
- Pasien mampu menyadari hubungan yang positif antara harga diri dan kesehatan fisik

## ***Intervention :***



- Bina Hubungan Saling Percaya dengan prinsip komunikasi terapeutik
- Beri kesempatan pasien untuk mengungkapkan perasaannya.
- Bantu pasien mengidentifikasi penyebab harga diri rendah
- Bantu pasien menyadari akibat HDR
- Bantu pasien mengidentifikasi kemampuan positifnya masa lalu dan kini
- Bantu pasien mengidentifikasi strategi pemecahan masalah masa lalu
- Berikan feedback positif untuk setiap peningkatan kemampuannya