

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan suatu periode transisi dalam rentang kehidupan manusia yang menjembatani masa kanak-kanak dengan masa dewasa (Santrock, 2012). Remaja merupakan usia peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa, selama periode ini anak mengalami perubahan fisik, psikologis dan sosial (Pieter dan lumongga, 2010). Masa remaja adalah suatu fase perkembangan yang dinamis dan mengalami perubahan serta persoalan dalam kehidupan seorang individu. Perubahan tersebut meliputi perubahan fisik, perilaku, kognitif, biologis dan emosi, sedangkan persoalan pada remaja itu meliputi persoalan sosial, aspek emosional, aspek fisik dan keluarga, sekolah dan kelompok teman sebaya (Stuart, 2013).

Masa remaja disebut sebagai masa kritis karena pada masa ini remaja banyak mengalami konflik. Perilaku seperti tawuran antar pelajar, miras, obat terlarang, atau kecemburuan dapat disebabkan oleh macam-macam hal, seperti lingkungan, pergaulan, pengalaman, dan salah satunya adalah gangguan konsep diri, apakah itu ideal diri, gangguan identitas, gangguan Peran, atau harga diri yang rendah (Sosiawan, 2012).

Usia sekolah menengah sering disebut juga dengan usia remaja. Masa remaja merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, yang ditandai dengan adanya berbagai perubahan baik secara fisik, perilaku, biologis ataupun emosi (Refandi, 2018:160). Pada masa remaja usia 12 sampai 20 tahun individu lebih cenderung untuk meningkatkan pemahaman tentang diri, mengeksplorasi mengenai identitas diri, serta timbulnya rasa ingin mengetahui sifat dan apa yang hendak akan diraih dalam hidupnya. Pemahaman diri adalah representasi kognitif remaja mengenai diri, substansi dan konsep diri remaja (Santrock, 2012:185-186).

Pada masa ini ego memiliki kapasitas untuk memilih dan mengintegrasikan bakat dan keterampilan yang dimiliki oleh individu dalam melakukan identifikasi

dengan orang-orang yang sependapat atau sejalan pada lingkungan sosialnya, serta menjaga pertahanannya terhadap berbagai macam ancaman dan kecemasan. Permasalahan yang terjadi dalam diri individu akan menyebabkan timbulnya perubahan secara emosi. Periode masa ini sangat beresiko bagi remaja karena sebagian individu mengalami kesulitan dalam menangani perubahan yang terjadi dalam satu waktu dan mungkin membutuhkan adanya bantuan untuk menghadapi sesuatu yang akan terjadi pada dirinya (Papalia, et. al, 2011:535).

Harga diri merupakan keseluruhan cara yang digunakan untuk mengevaluasi diri kita, di mana harga diri merupakan perbandingan antara *ideal self* dengan *real self* (Santrock, 2012). Menurut Coopersmith (1967) harga diri adalah evaluasi yang dibuat oleh individu dan biasanya berhubungan dengan penghargaan terhadap dirinya sendiri, hal ini mengekspresikan suara sikap setuju atau tidak setuju dan menunjukkan tingkat dimana individu itu meyakini diri sendiri mampu, penting, berhasil dan berharga. Kemudian menurut teori Maslow salah satu kebutuhan individu adalah kebutuhan harga diri, dimana seorang individu ingin mengetahui atau meyakini bahwa dirinya berharga serta mampu mengatasi segala tantangan dalam hidupnya. Selain itu seorang individu juga butuh penghargaan atas apa yang telah dilakukannya (Hamdi:127). Berdasarkan definisi tersebut, maka dapat dikatakan bahwa *self esteem* merupakan bentuk evaluasi dan kesadaran individu akan seberapa besar nilai yang diberikan kepada dirinya atas apa yang telah ia dapatkan, baik menurut pandangan individu itu sendiri maupun pandangan orang lain.

Di dalam penelitian Lia Amalia (2014) *self esteem* atau penghargaan diri memiliki peranan yang signifikan dalam motivasi hidup dan kesuksesan seseorang. Bila seseorang memiliki penghargaan diri yang rendah, ini bisa menjadi penghalang untuk meraih kesuksesan yang seseorang inginkan dan akan terus memiliki keraguan bahwa kita tidak akan mampu untuk sukses dalam apapun yang kita lakukan. Sebaliknya, memiliki *self esteem* yang tinggi dapat membantu dalam meraih kesuksesan yang kita inginkan. Dengan menjalani hidup yang positif, tegas, dan sikap menghargai diri sendiri, kita akan merasa yakin bahwa target yang kita buat akan tercapai. Selain itu, *self esteem* yang membuat

mencintai diri sendiri akan menimbulkan keyakinan bahwa seseorang mampu mencapai tujuan yang diharapkan.

Selanjutnya penelitian lain yang dilakukan oleh Subekti (2016) menyatakan bahwa sebagian responden pada usia remaja memiliki harga diri yang rendah karena remaja sangat memperhatikan kesan pertama yang mereka buat terhadap orang lain. Pada kondisi ini remaja mengalami masa transisi peran dan pencarian identitas diri yang menyebabkan pandangan tidak stabil. Selanjutnya ada penelitian yang dilakukan oleh Dewi & Nurul (2019) yaitu permasalahan harga diri pada remaja yang *broken home*. Dalam penelitian tersebut masalah yang terjadi pada remaja yang mengalami *broken home* lebih cenderung memiliki harga diri yang rendah, karena dalam kondisi seperti itu remaja mengalami kehidupan yang tidak stabil seperti remaja pada umumnya. Salah satunya yaitu remaja yang *broken home* akan mudah merasa tidak percaya diri dan merasa dirinya berbeda dengan temannya. Didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Alwawi (2013:187) dijelaskan bahwa siswa yang memiliki *self esteem* yang rendah mereka merasa tidak percaya diri, siswa juga tidak saling menghargai, dan cenderung mengeluarkan emosi negatif yang merugikan dirinya sendiri.

Remaja yang mempunyai *self esteem* tingkat tinggi akan cenderung lebih memperlihatkan rasa percaya diri, mudah berteman, bahagia, optimis, memiliki motivasi yang tinggi secara akademis maupun non akademis, berani mengambil resiko, mandiri, bertanggung jawab dan berprestasi (Guindon 2010). Dengan begitu *self esteem* yang positif pada diri remaja akan mendukung timbulnya rasa percaya diri dalam mengarahkan potensinya selain itu mampu bersosialisasi dengan lingkungan serta mendorong untuk mencapai prestasi di lingkungan sekolah. Sedangkan jika individu memiliki *self esteem* yang rendah di usia remaja memprediksi kesehatan fisik dan mental yang kurang baik. Seperti studi sebelumnya yang menemukan bahwa rendahnya *self esteem* pada remaja akan berpotensi menimbulkan perilaku anti sosial, gangguan makan dan depresi. Selain itu remaja yang memiliki *self esteem* rendah cenderung mengembangkan strategi coping kognitif yang negatif (Erol&Urich, 2011).

Tingkat tinggi atau rendahnya *self esteem* seseorang akan berpengaruh dalam banyak hal pada kehidupan salah satunya yaitu dalam kehidupan sosialnya. Sebab, keterpuasannya kebutuhan akan harga diri ini menghasilkan sikap percaya diri, rasa berharga, rasa kuat, rasa mampu, dan rasa berguna. Sebaliknya, jika terhambat pemuasan kebutuhan harga diri akan menghasilkan sikap rendah diri, rasa tidak pantas, rasa lemah, rasa tidak mampu, dan rasa tidak berguna yang menyebabkan individu mengalami kehampaan, keraguan dan keputusasaan dalam menghadapi tuntutan-tuntutan dalam hidupnya. Selain itu individu akan memiliki penilaian yang rendah. Maslow juga menegaskan bahwa rasa harga diri yang sehat lebih di dasarkan atas prestasi daripada prestise, status atau keturunan (Koswara : 124).

Banyak faktor yang dapat mempengaruhi harga diri remaja, namun salah satu faktor yang paling mendasar adalah lingkungan keluarga. Hal ini di sebabkan karena keluarga merupakan tempat awal anak untuk belajar mengenai berbagai macam hal dan bagaimana kondisi keluarganya sangat berpengaruh untuk menentukan perkembangan anak. Seperti yang di kemukakan oleh Michener, DeLamater & Myers (dalam Anggraeni, 2010) yaitu, hubungan orang tua (*family experience*) dengan anak dikatakan penting untuk perkembangan harga diri. Pengaruh keluarga terhadap harga diri menunjukkan bahwa *self-concept* yang dibangun mencerminkan gambaran diri yang dikomunikasikan atau disampaikan oleh orang-orang terpenting dalam hidupnya (*significant others*). Lingkungan keluarga yang harmonis dapat memberikan kenyamanan, kedamaian, serta kesejahteraan bagi remaja, sehingga remaja tumbuh dengan perilaku yang baik dan harga diri yang positif. Sedangkan kondisi keluarga yang tidak harmonis dan tidak berjalan layaknya keluarga yang rukun, damai dan sejahtera disebabkan karena sering terjadi keributan serta perselisihan yang menyebabkan pertengkaran akan berakhir pada perceraian, akan membuat remaja merasa dirinya kurang baik dan menimbulkan harga diri yang negatif.

Menurut Mohammad Ali dan Mohammad Asrori (2005:94) bahwa Faktor utama yang dibutuhkan oleh anak dalam proses perkembangan sosialnya yaitu kebutuhan akan rasa aman, disayangi, diterima, dihargai dan dapat beraktualisasi.

Namun jika didalam keluarga sang anak tidak mendapat perhatian yang layak maka anak akan merasa kurang disayangi atau kurang dihargai. Hubungan baik yang tercipta antara anak dan orang tua akan menimbulkan perasaan aman dan kebahagiaan dalam diri anak. Sebaliknya menurut Hurlock (1994) hubungan yang kurang baik akan mendatangkan akibat yang sangat buruk bagi anak, perasaan aman dan kebahagiaan yang seharusnya dirasakan anak tidak lagi dapat terbentuk, anak akan mengalami trauma emosional yang kemudian dapat ditampilkan anak dalam berbagai bentuk tingkah laku seperti menarik diri dari lingkungan, bersedih hati, pemurung, dan sebagainya.

Seperti dijelaskan diatas bahwa orangtua memiliki pengaruh besar dalam perkembangan pribadi anak. Apabila sejak masa kanak-kanak remaja diterima, disayangi oleh orangtuanya maka anak akan merasa bahwa orang tua sangat menghargai kehadirannya dan hal itu yang menjadi dasar bagi remaja dalam memandang dirinya. Sebaliknya jika remaja ditolak atau diabaikan, maka terbentuklah rasa penolakan dan anak merasa dirinya tidak berguna. Dampak yang ditimbulkan pun dapat terlihat dalam jangka waktu yang panjang saat anak sudah mulai terjun ke masyarakat. Ciri-ciri yang dapat terlihat adalah anak merasa rendah diri ketika berhadapan dengan orang lain, anak merasa pesimis, kurang mampu menyesuaikan diri dan mudah putus asa.

Orang tua merupakan pusat kehidupan rohani bagi anak dan sebagai perantara anak dalam mengenal dunia luar, maka setiap reaksi emosi dan pemikiran anak yang berkembang merupakan pengaruh dari sikap dan cara asuh orang tua. Orang tua mempunyai hak untuk mengasuh dan membesarkan anak anaknya. Adapun sikap yang dapat diambil oleh orang tua dalam menghadapi anak ada tiga jenis yaitu pola asuh otoriter, permisif dan demokratis. Thomas 2 Gordon menggolongkan “pola asuh orang tua dalam tiga pola, yaitu pola otoriter, permisif dan demokratis” (Syamaun, N, 2012:28).

Slameto (2002:53) menyatakan, ada dua faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa yaitu faktor intern dan ekstern. Faktor intern terdiri dari : faktor jasmaniah, psikologi, dan kelelahan miasalnya kesehatan, kondisi tubuh, IQ, motivasi, perhatian, bakat, dan kematangan. Sedangkan faktor ekstern terdiri dari

faktor keluarga dan sekolah. Misal faktor orang tua mendidik anak, relasi antar anggota keluarga, suasana rumah, model mengajar, bahan, sarana prasarana, dll.

Dengan adanya beberapa pendapat diatas mengenai pengaruh besar dari ekonomi keluarga terhadap harga diri (*self esteem*) maka berdasarkan wawancara dengan guru BK Kelas di SMA Al-Muttaqin bahwa ada beberapa siswa yang masih merasa pesimis, kurang bersemangat bersekolah, kurang puas dengan keberhasilan yang dicapai, mudah putus asa dan harga dirinya rendah.

Adapun fenomena temuan dilapangan di sekolah mengeluhkan bahwasanya beberapa siswa menjadi kurang bersemangat dan jenuh untuk melakukan kegiatan sekolah. Yang terjadi pada siswa di SMA Al-Muttaqin ada siswa yang jarang masuk sekolah, susah mengerjakan tugas yang diberikan selalu ditunda sampai menumpuk bahkan untuk mengerjakan tugas siswa sampai harus dikunjungi terlebih dahulu oleh guru dari mata pelajaran yang bersangkutan, sehingga ketika guru disekolah tersebut ketika akan merekap nilai rapot ada beberapa siswa yang nilainya kosong.

Berdasarkan pemaparan diatas maka *self esteem* menjadi hal yang sangat penting pada usia remaja, karena pada masa remaja ini individu mulai mencari identitas, penilaian rasa berharga dan mencoba hal baru yang ada dalam hidupnya. Menurut Guidon (2010) permasalahan *self esteem* yang tidak segera ditangani pada masa remaja akan menyebabkan individu tidak mengetahui *value* pribadi dalam dirinya, tidak mengetahui sejauh mana kapasitas kemampuan yang dimiliki, sehingga ia tidak mampu menjawab siapa dirinya dan bagaimana rencana masa depannya yang akan datang.

Dengan demikian layanan bimbingan dan konseling pada usia remaja ini sangat penting dan diperlukan, karena pada masa ini individu memasuki usia remaja dimana tugas perkembangan masa ini masuk dalam kategori pencarian identitas diri sesuai dengan tugas perkembangannya (Nadia, 2017:143). Salah satu bimbingan dan konseling yang dapat digunakan dalam menangani permasalahan mengenai *self esteem* yaitu dengan bimbingan klasikal.

Menurut Caraka (2015: 59) layanan dasar, sebagai pemberian bantuan melalui kegiatan penyiapan pengalaman terstruktur secara klasikal yang dirancang

dan dilaksanakan secara sistematis dalam rangka mengembangkan kemampuan penyesuaian diri yang efektif sesuai dengan tahap dan tugas perkembangan. Layanan dasar yang diberikan adalah bimbingan klasikal dengan materi “cara meningkatkan *self esteem*”. Dalam layanan ini digunakan teknik *brainstorming* dan diskusi.

Berdasarkan penjelasan diatas maka peneliti bermaksud ingin meneliti lebih lanjut untuk mengetahui gambaran harga diri siswa di SMA Al-Muttaqin. Maka dari itu peneliti mengambil judul tentang “Gambaran *Self Esteem* pada Remaja di SMA Al-Muttaqin”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat teridentifikasi permasalahan antara lain:

1. Siswa yang memiliki *self esteem* yang rendah
2. Siswa merasakan kekurangan perhatian dari kedua orang tua
3. Tidak ada rasa percaya diri pada siswa
4. Ada indikasi siswa merasakan kehilangan kasih sayang dari orang tua

Self esteem atau yang sering disebut harga diri mempunyai arti penting bagi kehidupan dan perkembangan setiap individu. *Self esteem* dapat mempengaruhi setiap aspek kehidupan, individu yang memiliki *self esteem* rendah akan selalu merasa bahwa dirinya selalu kurang mampu dan merasa tidak berharga. Akibat dari rendahnya *self esteem* yang dimiliki maka akan menyebabkan individu merasa tertekan dan sangat berpengaruh baik itu pada kesehatan fisik maupun psikis.

C. Rumusan Masalah

Rumusan masalah utama dalam penelitian ini adalah penulis ingin mengetahui “Bagaimana *Self esteem* pada siswa kelas X di SMA Al-Muttaqin?”

Dari rumusan masalah tersebut dapat dirumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran umum *Self Esteem* pada siswa kelas X di SMA Al-Muttaqin?

2. Bagaimana implikasi layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan *self esteem* pada siswa kelas X di SMA Al-Muttaqin?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan dalam penelitian ini yaitu :

1. Untuk mengetahui gambaran *Self Esteem* pada siswa kelas X di SMA Al-Muttaqin
2. Untuk mengetahui implikasi layanan bimbingan dan konseling dalam meningkatkan *self esteem* pada siswa kelas X di SMA Al-Muttaqin

E. Manfaat Penelitian

1. Kegunaan Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran baru bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang Bimbingan dan Konseling.

2. Kegunaan Praktis

- a. Bagi Konselor Sekolah

Dari hasil penelitian yang dilakukan, manfaat bagi konselor sekolah yaitu untuk memperkaya ilmu pengetahuan dan praktek dalam meningkatkan *self esteem* siswa.

- b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Manfaat bagi peneliti selanjutnya yaitu melakukan penelitian lebih lanjut terhadap *self esteem*.

F. Sistematika Penulisan

Penulisan Proposal ini di susun secara sistematis, dengan terdiri dari 3 BAB yaitu:

1. BAB I Pendahuluan

Dalam bab ini berisi latar belakang, rumusan masalah, tujuan dan sistematika penulisan.

2. BAB II Kajian Pustaka

Bab ini menjelaskan pengertian *self esteem*, komponen *self esteem*, karakteristik *self esteem*, aspek *self esteem*, faktor yang mempengaruhi

self esteem, pengertian remaja, ciri-ciri remaja, tugas perkembangan remaja.

3. BAB III Metode Penelitian

Bab ini berisi tentang jenis pendekatan, metode penelitian yang akan digunakan, lokasi dan subjek penelitian, pengembangan instrument penelitian dan teknik analisis data.

4. BAB IV Hasil penelitian

Bab ini berisi hasil-hasil penelitian dan pembahasannya.

5. BAB V Penutup

Bab ini berisi tentang penyajian simpulan hasil penelitian dan penyajian saran sebagai implikasi dari hasil penelitian. Bagian akhir, berisi daftar pustaka dan lampiran-lampiran yang mendukung.

