



Gambaran Harga Diri Peserta Didik Kelas XI SMKN 12 Bandung

Riesa Rismawati Siddik

IKIP Siliwangi, Cimahi, Indonesia

ARTICLE INFO

Received: October 09, 2021; **Revised:** November 11, 2021; **Accepted:** December 15, 2021

KEYWORDS

Self-esteem;
Students

ABSTRACT

This study aims to determine the self-esteem of the students of SMKN 12 Bandung. This study uses a quantitative approach. The sampling technique used is random sampling or random technique, namely a sampling technique that provides equal opportunities to every member in a population to be sampled. Determination The number of samples from a given population was developed from Isaac and Michael, for error rates of 1%, 5% and 10%. In this study, the sample used was an error rate of 5%, namely 191 students. (Sugiyono, 2009, p. 69). The results showed that self-esteem in the high category.

KATA KUNCI

Harga diri;
Peserta didik

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui harga diri peserta didik SMKN 12 Bandung. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah random sampling atau teknik acak, yaitu teknik pengambilan sampel yang memberikan kesempatan yang sama kepada setiap anggota yang ada dalam suatu populasi untuk dijadikan sampel. Penentuan Jumlah sampel dari populasi tertentu dikembangkan dari Isaac dan Michael, untuk tingkat kesalahan 1%, 5% dan 10%. Pada penelitian ini sampel yang digunakan adalah tingkat kesalahan 5% yaitu 191 peserta didik. (Sugiyono, 2009, p. 69). Hasil penelitian menunjukkan bahwa harga diri dengan kategori tinggi.

1. PENDAHULUAN

Kesehatan mental adalah kondisi kesejahteraan seseorang dimana orang tersebut mampu menyadari kemampuannya, dapat mengelola stress dalam kehidupannya, dapat bekerja secara produktif, serta mampu memberikan kontribusi kepada lingkungan sekitar. Kesehatan mental tersebut dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu harga diri, resiliensi, keyakinan dalam nilai personal, hubungan yang harmonis bersama masyarakat dan lingkungan sosial.

Harga diri merupakan salah satu faktor penting yang berkontribusi pada kesehatan mental dan kualitas hidup seseorang, karena keyakinan dan evaluasi yang dibuat individu mengenai dirinya menentukan siapa, apa yang dilakukan, dan menjadi individu seperti apa orang tersebut (Mann et al., 2004, p. 357). Harga diri seorang remaja merupakan faktor pendukung yang penting bagi pertumbuhannya dan kemampuannya untuk menghadapi kesulitan-kesulitan yang dialami (Yadav & Iqbal, 2009, p. 64). Mann et al., (2004, p. 357) juga menyatakan bahwa tugas terpenting dari kesehatan mental, emosional, dan sosial seseorang yang dimulai sejak masa bayi dan berlanjut hingga ia meninggal, adalah membangun harga diri yang positif pada dirinya. Bagaimana individu berinteraksi dengan lingkungannya dan bagaimana individu melakukan penyesuaian sosial akan dipengaruhi oleh bagaimana individu menilai keberhargaan dirinya. Individu yang menilai tinggi keberhargaan dirinya merasa puas atas kemampuan diri dan merasa menerima penghargaan positif dari lingkungan (Pratitis & Widodo, 2013, p. 132).

* Korespondensi Penulis:

Riesa Rismawati Siddik; ✉ riesa@ikipsiliwangi.ac.id
IKIP Siliwangi, Cimahi, Indonesia

DOI: <https://doi.org/10.22460/q.v6i1p17-23.2983>



Rosenberg (Murk, 2006, p. 16) menyatakan bahwa harga diri yang tinggi dapat mengekspresikan perasaan bahwa individu tersebut "cukup baik". Individu akan merasa bahwa ia adalah orang yang berharga yang dapat menghargai dirinya, mengagumi dirinya tetapi dia tidak berharap orang lain juga mengagumi dirinya. Dia tidak memiliki pemikiran bahwa dirinya lebih hebat dari orang lain. Sebaliknya, Individu dengan harga diri rendah akan memiliki karakteristik antara lain hipersensitivitas, perasaan tidak aman, tidak percaya diri, lebih peduli untuk melindungi diri dari hal yang menyakitkan dibanding mengaktualisasikan kesempatan dan menikmati hidup, ketidakmampuan mengambil resiko, memiliki gejala-gejala depresi secara umum, pesimis, kesepian, perasaan keterasingan, dan lain-lain

Harga diri menurut Branden (1992, p. 8) adalah pengalaman menjadi kompeten untuk mengatasi tantangan dasar kehidupan dan menjadi layak untuk bahagia. Peserta didik dengan harga diri yang rendah mewujudkan ketidakmampuan untuk mengungkapkan pendapat, minat dan kebutuhan secara terbuka sebagai akibat ketakutan akan opini masyarakat tentang mereka, ketidakmampuan untuk membela hak-hak mereka dalam masalah tanpa melanggar hak orang lain. Mereka cenderung menunjukkan perilaku yang tidak diinginkan karena para peserta didik melihat dunia dengan filter negatif yang membuat ketidaksukaan umum mereka untuk dirinya sendiri mewarnai persepsi mereka terhadap segala sesuatu di sekitar mereka. Mereka menginternalisasi perasaan mereka sehingga cenderung meledak dengan mudah membuat mereka sering agresif dan berjuang melawan provokasi kecil, aturan main sekolah dan peraturan semua dalam upaya untuk tampil tangguh untuk orang, sementara memang mereka hanya menutupi perasaan rendah diri mereka. Semua disfungsi psikologis dan sosial ini berasal dari harga diri yang rendah.

Fenomena harga diri rendah yang terjadi pada peserta didik kelas XI SMK Negeri 12 Bandung. Hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling menginformasikan bahwa masih terdapat beberapa peserta didik yang memiliki harga diri rendah yang ditunjukkan dengan adanya peserta didik yang menjadi pelaku dan korban bullying dari teman sebaya contohnya adalah ada seorang peserta didik di gotong beramai-ramai oleh temannya dan di buang ke tempat sampah, banyak peserta didik yang suka mencontek dan memberi contekan, percaya diri yang rendah, menarik diri dari lingkungan, dan membolos sekolah atau hanya sekedar duduk di kantin. Mereka melakukan ini karena beranggapan dirinya tidak pantas dan tidak layak untuk berteman dengan yang lain, sulit menerima kondisi diri sendiri dan cenderung menginginkan hidupnya seperti orang lain yang dianggap memiliki nasib yang lebih baik dari pada dirinya.

Keyakinan dasar ini melibatkan kognitif, afektif dan perilaku. Kognitif karena orang tersebut secara sadar berpikir tentang perbedaan self ideal dan real self. Afektif mengacu pada perasaan atau emosi yang dimiliki seseorang saat mempertimbangkan perbedaan itu dan Aspek perilaku harga diri terwujud dalam perilaku seperti ketegasan, ketahanan, bersikap menentukan dan menghormati orang lain.

2. METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Untuk mengetahui gambaran harga diri pada peserta didik di SMKN 12 Bandung. Pengumpulan data yang digunakan adalah random sampling atau teknik acak, yaitu teknik pengambilan sampel yang memberikan kesempatan yang sama kepada setiap anggota yang ada dalam suatu populasi untuk dijadikan sampel. Penentuan Jumlah sampel dari populasi tertentu dikembangkan dari Isaac & Michael, untuk tingkat kesalahan 1%, 5% dan 10%. Pada penelitian ini sampel yang digunakan adalah tingkat kesalahan 5% yaitu 191 peserta didik. (Sugiyono, 2009, p. 69). Sampel dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas XI SMK.

Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah Instrumen penelitian adalah angket harga diri hasil adaptasi dari Coopersmith Self-Esteem Inventory (CSEI) yang dikembangkan oleh Coopersmith pada tahun 1967. Alasan pengadaptasian CSEI dikarenakan harga diri yang digunakan oleh peneliti merujuk pada teori yang dikembangkan oleh Coopersmith. Alasan lain yang mendasari penggunaan CSEI yakni dikarenakan angket tersebut sudah teruji validitas dan reliabilitasnya dalam dalam mengukur harga diri. Terdapat empat dimensi harga diri yang diukur dalam skala ini, yaitu harga diri umum (general self), harga diri sosial, harga diri keluarga, dan harga diri akademik.

Angket harga diri diuji cobakan kepada 60 orang responden. Tujuan dilakukan uji coba yaitu untuk mengetahui validitas dan reliabilitas instrumen. Kemudian, instrumen yang telah diujicobakan dihitung dan diolah dengan bantuan aplikasi rasch model. Dari hasil perhitungan dan pengolahan terhadap 57 item pernyataan diperoleh nilai reliabilitas sebesar 0.92 artinya instrumen tersebut sudah valid dan reliabel. Instrumen penelitian berada pada kategori bagus sekali sehingga instrumen tersebut layak digunakan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

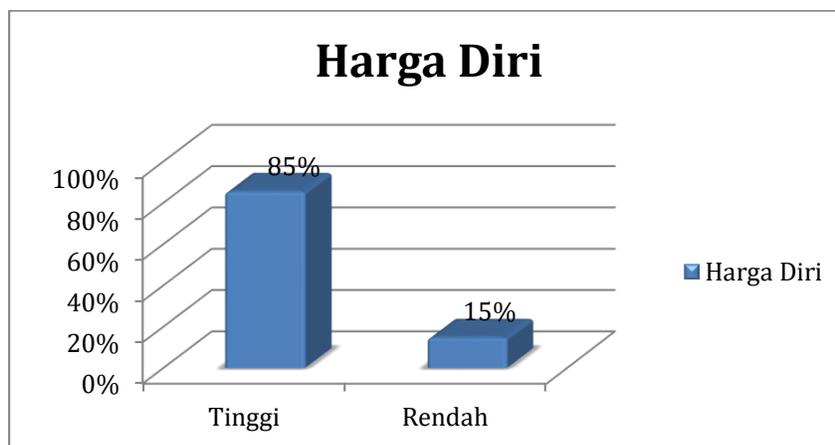
3.1 Hasil

Penelitian dilakukan terhadap 191 peserta didik di SMKN 12 Bandung mengenai harga diri. Kemudian dilakukan pengkategorian dengan menggunakan data skor total dari masing-masing responden, dan dilakukan pembagian kelompok menjadi dua kategori yaitu tinggi dan rendah. Data penelitian menunjukkan bahwa profil harga diri remaja yakni sebesar 85,34% dari keseluruhan peserta didik yang menjadi sampel penelitian memiliki harga diri pada tingkatan tinggi dan 14,66% memiliki harga diri pada tingkatan rendah. Secara lebih rinci profil harga diri remaja, yang diwakili oleh peserta didik SMKN 12 Bandung, disajikan pada tabel 1.

Tabel 1. Profil Harga Diri Peserta Didik Kelas XI SMKN 12 Bandung

Kategori	Jumlah Peserta didik	Presentase
Harga Diri Tinggi	163	85,34%
Harga Diri Rendah	28	14,66%
JUMLAH	191	100%

Apabila divisualisasikan dalam bentuk grafik, profil harga diri remaja yang diwakili oleh peserta didik SMKN 12 Bandung dapat dilihat pada Grafik 1.



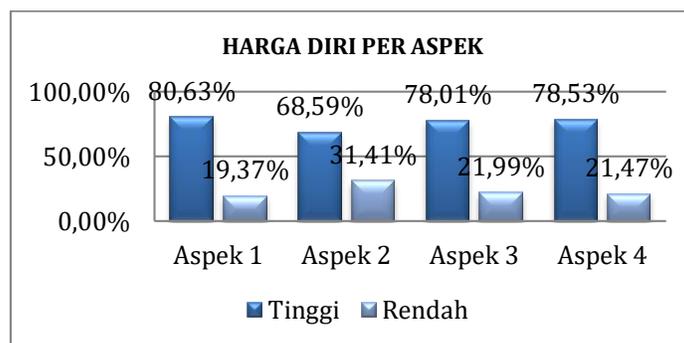
Grafik 1. Profil Harga Diri Peserta Didik Kelas XI SMKN 12 Bandung

Selain profil harga diri secara umum, dikaji pula profil tingkat kecenderungan masing-masing aspek harga diri. Sampel penelitian menunjukkan tingkat kecenderungan masing-masing aspek harga diri remaja sebagaimana tersaji dalam Tabel 2.

Tabel 2. Tingkat kecenderungan aspek harga diri remaja yang ditunjukkan oleh peserta didik SMKN 12 Bandung

Kategori	Aspek 1 (Harga diri Umum)		Aspek 2 (Harga Diri Keluarga)		Aspek 3 (Harga Diri Sosial)		Aspek 4 (Harga Diri Akademik)	
	f	%	f	%	F	%	f	%
Tinggi	154	80,63%	131	68,59%	149	78,01%	150	78,53%
Rendah	37	19,37%	60	31,41%	42	21,99%	41	21,47%
Jumlah	191	100%	191	100%	191	100%	191	100%

Apabila divisualisasikan dalam bentuk grafik, profil aspek harga diri remaja, yang diwakili oleh peserta didik SMKN 12 Bandung, pada tiap tingkatan dapat dilihat pada Grafik 2.



Grafik 2. Profil Harga Diri Remaja Per Aspek yang Diwakili oleh Peserta Didik SMKN 12 Bandung

Data penelitian memperlihatkan, sebanyak 80,63% dari keseluruhan sampel penelitian menunjukkan aspek harga diri nomor satu yakni harga diri secara umum pada tingkat kecenderungan tinggi, dan sebanyak 19,37% berada pada tingkatan rendah.

Terkait dengan aspek harga diri nomor dua yakni harga diri keluarga, sebanyak 68,59% dari keseluruhan sampel penelitian menunjukkan penilaian harga diri keluarga pada tingkat kecenderungan tinggi, dan sebanyak 31,41% berada pada tingkatan rendah.

Terkait aspek harga diri nomor tiga yakni harga diri sosial, sebanyak 78,01% dari keseluruhan sampel penelitian menunjukkan harga diri sosial pada tingkat kecenderungan tinggi, dan sebanyak 21,99% berada pada tingkatan rendah.

Terakhir, terkait dengan aspek harga diri nomor empat yakni harga diri akademik, sebanyak 78,53% dari keseluruhan sampel penelitian menunjukkan harga diri akademik pada tingkat kecenderungan tinggi, dan sebanyak 21,47% berada pada tingkatan rendah.

3.2 Pembahasan

Peserta didik dengan harga diri yang rendah mewujudkan ketidakmampuan untuk mengungkapkan pendapat, minat dan kebutuhan secara terbuka sebagai akibat ketakutan akan opini masyarakat tentang mereka, ketidakmampuan untuk membela hak-hak mereka dalam masalah tanpa melanggar hak orang lain. Mereka cenderung menunjukkan perilaku yang tidak diinginkan karena para peserta didik melihat dunia dengan filter negatif yang membuat ketidaksukaan umum mereka untuk dirinya sendiri mewarnai persepsi mereka terhadap segala sesuatu di sekitar mereka. Mereka menginternalisasi perasaan mereka sehingga cenderung meledak dengan mudah membuat mereka sering agresif dan berjuang melawan provokasi kecil, aturan main sekolah dan peraturan semua dalam upaya untuk tampil tangguh untuk orang, sementara memang mereka hanya menutupi perasaan rendah diri mereka. Semua disfungsi psikologis dan sosial ini berasal dari harga diri yang rendah.

Apakah harga diri seseorang tinggi atau rendah itu memiliki dampak yang luar biasa pada kemampuan mereka untuk mendapatkan sukacita dan kepuasan dari kehidupan. Bila harga diri seseorang tinggi, dia merasa percaya diri, mempercayai penilaiannya dan tahu apa kemampuan yang dimilikinya (Januriastuti, 2017). Selain itu, dia menghormati dirinya sendiri atas apa yang dia lakukan dan bila seseorang tidak memiliki harga diri, dia merasa lemah dan tidak berdaya dan menjadi tidak yakin dengan nilai apapun yang dia lakukan. Lebih jauh lagi, dia tidak percaya diri atau sulit untuk percaya pada orang lain dan tidak yakin siapa dirinya (De Vega et al., 2019). Ini adalah sebuah pengalaman umum yang dapat mengakibatkan kesulitan dalam membuat hubungan yang memuaskan. Harga diri rendah dikaitkan dengan depresi, kecemasan dan maladjustment. Anak-anak yang memiliki harga diri negatif, mengalami perasaan tidak mampu dan takut akan penolakan. Mereka juga cenderung tidak objektif tentang kapasitas mereka. Anak semacam itu memiliki sedikit harapan untuk mempengaruhi orang lain dan sulit berinteraksi. Akibatnya, mereka ragu untuk mengekspresikan pendapat, tidak memiliki kebebasan dan cenderung

merasa terisolasi atau sendirian (Coopersmith, 1967, p. 4). Harga diri yang rendah menurunkan kualitas hidup seseorang dan membuat eksistensi bahagia sulit dicapai.

Oleh karena itu, harga diri sangat penting bagi peserta didik mengingat latar belakang peserta didik yang berada pada fase remaja atau masa transisi (Utami & Asih, 2016). Penyesuaian pada situasi baru selalu sulit dan selalu disertai bermacam-macam tingkat ketegangan emosional. Rogers (Jarvis, 2008, p. 88) mengemukakan aspek terpenting dalam konsep diri adalah harga diri. Harga diri dapat didefinisikan sebagai seberapa besar kita menyukai diri kita sendiri. Rogers meyakini bahwa kita memiliki citra diri dalam pikiran kita seperti keadaan diri kita sekarang, sekaligus citra diri yang ideal, yaitu citra diri yang diinginkan. Jika kedua citra diri itu kongruen (sama), kita akan mengembangkan harga diri yang baik. Perkembangan yang kongruen dan harga diri bergantung pada penghargaan tak bersyarat dari orang lain berupa penerimaan, cinta dan kasih sayang.

Menurut Schiraldi (2007, p. 255) mengatakan bahwa harga diri didasarkan pada tiga faktor utama yang membentuknya, yaitu unconditional worth (Penghargaan tanpa syarat), unconditional love (Cinta tanpa syarat) dan growth (perkembangan). Rogers (Jarvis, 2008, p. 88) mengemukakan bahwa perkembangan harga diri bergantung pada unconditional positive regard (penghargaan positif tak bersyarat) dari orang lain. Tanpa penghargaan positif tak bersyarat dalam tingkat tertentu, individu tidak dapat mengaktualisasikan dirinya.

Sheaford & Horejski (Fitriyati, 2016, p. 15) menyatakan bahwa harga diri berhubungan dengan kepercayaan seseorang tentang yang bernilai dalam dirinya. Seseorang yang tidak menghargai atau menghormati dirinya sendiri akan merasa kurang percaya diri dan banyak berjuang dengan segala keterbatasan dirinya, sehingga mereka sering terlibat dalam tingkah laku yang salah atau rentan untuk dieksploitasi dan disalahgunakan oleh orang lain. Harga diri rendah atau negatif muncul dikarenakan persepsi yang subjektif dan tidak selalu sama dengan pandangan orang lain. Harga diri yang rendah seringkali berasal dari perbandingan yang tidak menyenangkan tentang dirinya sendiri.

Individu yang merasa tidak berdaya, lemah dan rentan, seperti korban tak berdaya yang tidak mampu menghadapi tantangan bahkan dari hal-hal terkecil dari kehidupan sehari-hari. Karena sering merasa tidak pantas atau layak banyak individu mencoba untuk menutupi perasaannya.

Sebuah studi yang dilakukan pada 1.190 individu yang mengikuti layanan psikiatri, menyimpulkan bahwa semua pasien kejiwaan mengalami beberapa persen penurunan harga diri, dengan diagnosis gangguan depresi, gangguan makan, dan penyalahgunaan zat (Fitriyati, 2016, p. 3). Mereka menemukan sebuah siklus yang merugikan antara harga diri yang rendah dengan terjadinya gangguan jiwa. Dengan demikian, harga diri yang rendah meningkatkan kerentanan dalam pengembangan gangguan kejiwaan, dan kehadiran gangguan kejiwaan dapat menurunkan harga diri.

4. IMPLIKASI PENELITIAN

Hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangsih pengetahuan bidang bimbingan dan konseling khususnya bagi Guru bimbingan dan konseling dalam memberikan layanan kepada peserta didik. Peserta didik dengan harga diri yang rendah mewujudkan ketidakmampuan untuk mengungkapkan pendapat, minat dan kebutuhan secara terbuka sebagai akibat ketakutan akan opini masyarakat tentang mereka, ketidakmampuan untuk membela hak-hak mereka dalam masalah tanpa melanggar hak orang lain. Dengan ini guru bimbingan dan konseling dapat menggunakan jenis pendekatan apa yang tepat dalam rangka membangun harga diri peserta didik.

5. KESIMPULAN

Data hasil penelitian mengindikasikan profil harga diri peserta didik yakni bahwa mayoritas peserta didik memiliki kecenderungan pada tingkat tinggi atau termasuk ke dalam kategori harga diri tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa masih ada peserta didik pada sampel penelitian ini belum mencapai tahap optimal atau berada dalam kategori rendah dalam arti masih perlu ditingkatkan.

Peserta didik dengan harga diri yang tinggi memiliki penerimaan yang nyaman terhadap kenyataan, mereka tidak akan menyalahkan kesalahan tentang masalah-masalah yang ada pada diri mereka, percaya pada akhirnya apa yang terjadi pada dirinya terjadi karena pilihan dan keputusan-keputusannya bukan dari faktor luar dari

dirinya, mereka dapat menetapkan tujuan dan mampu memiliki harapan yang realistis. Sedangkan peserta didik dengan harga diri rendah adalah sebaliknya dari harga diri tinggi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penelitian ini dapat terselesaikan adanya bantuan fasilitas dari berbagai pihak, peneliti mengucapkan terimakasih kepada Guru Bimbingan dan Konseling di SMKN 12 Bandung yang telah banyak meluangkan waktunya menemani peneliti selama proses penelitian.

REFERENSI

- Coopersmith, Stanley. 1967. *The Antecedents Of Self Esteem*. San Francisco: Freeman Press.
- De Vega, A., Hapidin, H., & Karnadi, K. (2019). Pengaruh Pola Asuh dan Kekerasan Verbal terhadap Kepercayaan Diri (Self-Confidence). *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(2), 433-439.
- Fitriyati, R.S. 2016. Efektivitas Konseling Analisis Transaksional Untuk Peningkatan Self Esteem Peserta Didik. Tesis. Pascasarjana. Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung (Tidak diterbitkan).
- Januriastuti, T. E. (2017). Hubungan antara kepercayaan diri dengan prestasi belajar siswa pada sd negeri pulogebang 24 pagi jakarta timur. *Pedagogik: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 5(2), 65-76.
- Jarvis, Matt. 2000. *Teori-teori Psikologi*. Bandung : Nusa Media.
- Mann, M., Hosman, C. M., Schaalma, H. P., & Vries, N. K.. 2004. SelfEsteem in A Broad-Spectrum Approach for Mental Health Promotion. *Journal Health Education Research*, 357-372.
- Pratitis, N.T. & Widodo, A.S. 2013. Harga Diri dan Interaksi Sosial ditinjau dari Status Sosial Ekonomi Orang Tua. *Jurnal Psikologi Indonesia Mei 2013, Vol.2, No.2, Hal 131 – 138*.
- Schiraldi, Glenn R. 2007. *10 Sampel Solutions For Building SelfEsteem: How To End Self-Doubt, Gain Confidence, And Create A Positive Sel-Image*. Oakland, Ca: New Harbinger Publications, Inc.
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Utami, R. R., & Asih, M. K. (2016). Konsep diri dan rasa bersalah pada anak didik lembaga pemsayarakatan anak kelas IIA Kutoarjo. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 84-91.
- Yadav, P & Iqbal, N. 2009. Impact of Life Skill Training on Self Esteem, Adjusment and Empathy among Adolescents. *Journal of the indian Academy of Applied Psychology*, October 2009. Vol. 35, Special Issue, 61-70.

Pemegang Hak Cipta:

© Siddik, R. R. (2022)

Hak Publikasi Pertama:

© Quanta Jurnal

Artikel ini dilisensikan di bawah:

CC-BY-SA ([Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/))