

## GAMBARAN *SELF-ESTEEM* PESERTA DIDIK KELAS VIII DI SMPN 5 CIMAHI

Anisa Oktavia<sup>1</sup>, Teti Sobari<sup>2</sup>, Reza Pahlevi<sup>3</sup>

<sup>1</sup> aoktavia985@gmail.com, <sup>2</sup> tetisobari@ikipsiliwangi.ac.id, <sup>3</sup> ngicah165@gmail.com

Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Ilmu Pendidikan  
IKIP Siliwangi

### Abstract

*The problem that often occurs in students is that they are unable to understand the extent to which they consider themselves worthy, valuable and believe in their abilities or competencies that lead to self-esteem. This study aims to represent the profile of the level of self-esteem in class VIII students at SMPN 5 Cimahi. This study used a descriptive quantitative approach. The sample used was 135 class VIII, sampling using simple random sampling. The data collection method uses a self-esteem questionnaire that refers to the theory of Christopher J. Mruk. Data were analyzed based on overall profile, self-esteem aspects, and gender. The results showed that the self-esteem profile of VIII grade students at SMPN 5 Cimahi was in the moderate category with a total of 89 students, in the high category of 21 students, and in the low category of 25 students. The conclusion of the study found that the competence aspect of students in the high category is more than the worthiness aspect. Meanwhile, based on gender, it shows that low self-esteem is experienced more by female students.*

**Keywords:** *Self-Esteem, Students*

### Abstrak

Permasalahan yang sering terjadi pada peserta didik adalah mereka tidak mampu memahami sejauh mana mereka menganggap dirinya layak, berharga dan percaya pada kemampuan atau kompetensinya yang mengarahkan pada *self-esteem*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran profil tingkat *self-esteem* pada peserta didik kelas VIII di SMPN 5 Cimahi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. Sampel yang digunakan sebanyak 135 kelas VIII, pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner angket *self-esteem* yang merujuk pada teori Christopher J. Mruk. Data dianalisis berdasarkan profil keseluruhan, aspek-aspek *self-esteem*, dan jenis kelamin. Hasil penelitian menunjukkan bahwa profil *self-esteem* peserta didik kelas VIII di SMPN 5 Cimahi berada pada kategori sedang dengan jumlah 89 peserta didik, pada kategori tinggi sebesar 21 peserta didik, dan pada kategori rendah sebesar 25 peserta didik. Kesimpulan penelitian diperoleh temuan bahwa aspek *competence* peserta didik pada kategori tinggi lebih banyak daripada aspek *worthiness*. Sedangkan berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa *self-esteem* yang rendah lebih banyak dialami oleh peserta didik perempuan.

**Kata Kunci:** *Self-Esteem, Peserta Didik*

## PENDAHULUAN

Pendidikan menurut undang-undang nomor 20 tahun 2003 disebut sebagai usaha sadar usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Peran pendidikan pendidikan yaitu jembatan atau sarana manusia untuk dapat mengembangkan diri dan potensinya melalui proses pembelajaran (Fitri, 2021). Sebagai bagian dari pendidikan, peserta didik berdasarkan pada undang-undang nomor 20 tahun 2003 disebut sebagai anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran yang tersedia pada jalur, jenjang, dan jenis pendidikan tertentu.

Peserta didik pada jenjang sekolah menengah pertama atau SMP sedang berada pada tahap perkembangan yang disebut sebagai masa remaja. Sejalan dengan pernyataan tersebut, Peraturan Menteri Kesehatan RI nomor 25 tahun 2014 menyebutkan bahwa remaja ialah penduduk dengan rentang usia 10-18 tahun. Pada masa remaja ini, menurut Erikson mengemukakan individu sedang berada pada tahap kebingungan tentang identitas yang kemudian dihadapkan dengan pertanyaan siapa mereka, bagaimana mereka nantinya, dan kemana mereka akan menuju dalam kehidupannya (Santrock, 2002). Individu yang berhasil pada masa remaja ini akan dapat memahami dirinya, segala kekurangan dan kelebihanannya, dan dapat memahami perasaan yang muncul serta bagaimana atau alasan perasaan tersebut dapat muncul.

Namun pada kenyataannya, saat ini tidak sedikit individu yang terkendala dan terhambat pada masa remaja. Boss dkk (2006) menyebutkan bahwa terjadinya penurunan pada perkembangan *self-esteem* terjadi saat masa remaja. Menurut Mruk (2006:3) mengatakan bahwa *self-esteem* pada diri individu diartikan sebagai kebutuhan dasar manusia untuk merasa layak atau berharga dan pengalaman dalam memecahkan masalah secara kompeten dibidang yang penting bagi individu. Senada menurut Rosenberg, mengungkapkan bahwa *self-esteem* merupakan nilai yang dimiliki oleh diri sendiri yang mengindikasikan orientasi positif dan negatif pada diri, evaluasi diri, atau derajat harga diri (Syanti, 2019). Maka secara garis besar, *self-esteem* dapat dipahami sebagai

kompetensi tertentu dibidang yang penting bagi individu dan kebutuhan dasar manusia untuk merasa layak atau berharga.

Lebih lanjut, Boss dkk (2006) menyebutkan bahwa penurunan pada *self-esteem* di masa remaja berkaitan erat dengan fase *storm* dan fase *stress* yang muncul dengan perubahan secara biologis, kognitif, sosial, psikologis, maupun akademis. Refnadi (2018) mengungkap fenomena permasalahan *self-esteem* yang ditunjukkan dengan banyaknya hal-hal negatif yang terjadi pada remaja seperti kehamilan diluar pernikahan, perilaku bunuh diri, penyalahgunaan narkoba, depresi, kecemasan sosial, kekerasan, dan perilaku lainnya yang lebih dekat dengan peserta didik pada jenjang SMP seperti perilaku membolos, rendahnya kepercayaan diri, beprestasi rendah, hingga benci pada sekolah.

Selain itu permasalahan *self-esteem* lainnya disebutkan oleh Puluhulawa dkk (2017) memaparkan bahwa perilaku negatif sudah banyak muncul dalam keseharian peserta didik seperti sikap kurang menghargai orang lain, menyalahkan diri sendiri, terjerumus pada perilaku menyimpang seperti merokok, tawuran, minum-minuman keras, penyalahgunaan obat-obatan dan seks bebas. Pernyataan tersebut didukung oleh ciri-ciri *self-esteem* yang rendah menurut Coopersmith, mengatakan bahwa individu akan merasa kurang sempurna atau perasaan inferior, memiliki ketakutan dalam membina hubungan sosial, sering mengalami keputus asaan dan depresi, merasa dasingkan, merasa tidak diperhatikan, sulit untuk mengekspresikan diri, tidak konsisten, tidak aktif dalam lingkungan, mudah untuk mengakui kesalahan, dan menggunakan banyak cara untuk mempertahankan diri (*defense mechanism*) (Aini, 2018).

Terdapat berbagai faktor yang dapat mempengaruhi *self-esteem* atau harga diri seseorang. Menurut Coopersmith, mengatakan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi *self-esteem* adalah penerimaan atau penghinaan pada diri sendiri, kepemimpinan, popularitas, keluarga atau orang tua, keterbukaan, dan kecemasan (Oktaviani, 2019). Selain itu, Mruk (2006:64-74) menyebutkan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi *self-esteem* diantaranya faktor orang tua, faktor nilai, faktor gender, serta faktor ekonomi dan budaya. Aspek-aspek dari *self-esteem* dikemukakan oleh Coopersmith (Syafrizaldi & Pratiwi, 2020) yaitu kekuatan (*power*), keberartian (*significance*), kebajikan (*virtue*), dan kemampuan (*virtue*). Aspek *self-esteem* lain dikemukakan oleh Mruk (2006:12) yang membagi *self-esteem* ke dalam dua aspek, diantaranya *self-esteem* sebagai kompetensi (*competence*) dan *self-esteem* sebagai rasa berharga (*worthiness*),

*Self-esteem* memiliki peran yang penting pada peserta didik. Menurut Branden (Refnadi, 2018) peran *self-esteem* yang tinggi pada individu adalah: 1) individu akan semakin kuat dalam menghadapi masalah dan tekanan dalam hidup, tidak mudah menyerah dan putus asa; 2) individu semakin kreatif saat bekerja; 3) individu semakin ambisius tidak hanya untuk urusan karier dan finansial tetapi hal lain baik secara emosional maupun spiritual; 4) individu memiliki harapan besar dalam membangun hubungan yang baik dan konstruktif; 5) individu semakin bijak dalam memperlakukan orang lain. Peran lain dari *self-esteem* pada peserta didik dikemukakan oleh Mruk (2006) bahwa *self-esteem* pada diri seseorang akan menentukan bagaimana ia akan menampilkan dirinya dilingkungannya, bagaimana ia akan menampilkan potensi yang dimilikinya, dan berperan besar terhadap prestasi yang dicapai oleh seseorang.

## **METODE**

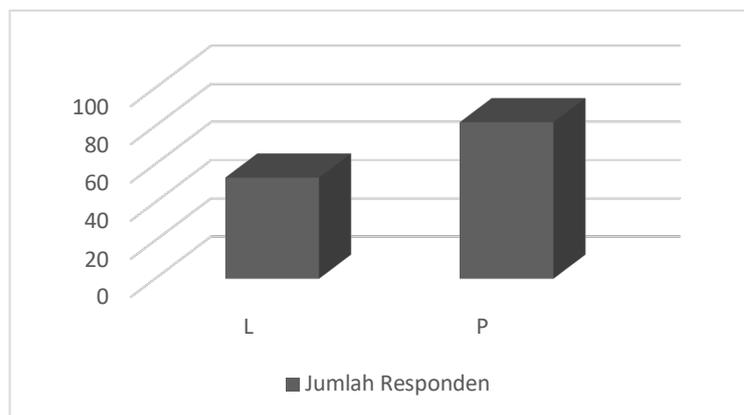
Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. Pendekatan tersebut dipilih karena dapat mengukur data yang sesungguhnya mengenai *self-esteem* pada peserta didik kelas VIII di SMPN 5 Cimahi. Menemukan fakta dan secara akurat menggambarkan subjek atau objek yang diteliti berdasarkan keadaan aktual dan sifatnya adalah tujuan dari metode deskriptif. Penelitian ini memiliki populasi sebanyak sebagai wilayah generalisasi berkarakteristik sama berjumlah 330 peserta didik kelas VIII tahun ajaran 2022/2023. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan metode *simple random sampling*. Jumlah sampel yang digunakan adalah 135 peserta didik.

Variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah *self-esteem* pada peserta didik. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini terdiri dari beberapa pernyataan yang mengacu pada aspek-aspek dan indikator *self-esteem*. Instrumen pada penelitian ini merujuk pada teori *self-esteem* Christopher J. Mruk. Mruk (2006:12) mengungkapkan ada dua aspek dalam *self-esteem*, diantaranya: *Competence*, dan *Worthiness*. Pilihan jawaban pada instrumen ini menggunakan skala likert dengan 4 pilihan jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Penyebaran angket *self-esteem* kepada peserta didik kelas VIII di SMPN 5 Cimahi dilakukan kepada 135 peserta didik yang diantaranya adalah 53 peserta didik laki-laki dan 82 peserta didik perempuan.



**Gambar 1.** Jumlah Responden Angket *Self-Esteem*

Berdasarkan pada data hasil pengisian angket *self-esteem* oleh 135 peserta didik, selanjutnya dilakukan pengelompokkan untuk kategori tingkat *self-esteem* yang tinggi, sedang, dan rendah. Pengelompokkan tersebut dilakukan untuk menentukan tingkat *self-esteem* pada peserta didik kelas VIII di SMPN 5 Cimahi. Pada angket *self-esteem* ini, semakin tinggi skor angket yang didapatkan maka semakin baik *self-esteem* yang dimiliki oleh peserta didik, sebaliknya jika semakin rendah skor angket yang didapatkan maka semakin rendah pula *self-esteem* yang dimiliki oleh peserta didik.

**Tabel 1.** Profil *Self-Esteem* Peserta Didik Kelas VIII di SMPN 5 Cimahi

Kategori	Frekuensi	Rentang	Presentase
Tinggi	21	>103	16%
Sedang	89	81-103	66%
Rendah	25	<81	18%
Total		135 Peserta Didik	

Berdasarkan pada tabel 1, diketahui bahwa peserta didik dengan tingkat *self-esteem* pada kategori tinggi berjumlah 21 orang atau dalam presentase adalah 16% dengan rentang skor *self-esteem* lebih dari 103. Pada kategori *self-esteem* tingkat sedang terdapat 89 peserta didik atau dalam presentase sebesar 66% dengan rentang skor *self-esteem* diantara 81 sampai dengan 103. Sedangkan pada kategori *self-esteem* tingkat rendah terdapat 25 peserta didik atau dalam presentase sebesar 18% dengan rentang skor *self-esteem* kurang dari 81. Secara lebih rinci, tingkat *self-esteem* pada peserta didik dapat dilihat berdasarkan aspek yang diteliti, diantaranya adalah *self-esteem* sebagai kompetensi (*competence*) dan *self-esteem* sebagai rasa berharga (*worthiness*).

**Tabel 2.** Tingkat *Self-Esteem* Berdasarkan Aspek *Competence* dan *Worthiness*

Aspek <i>Self-Esteem</i>	Tinggi	Sedang	Rendah	Mean
<i>Competence</i>	26	92	17	35
<i>Worthiness</i>	18	94	23	47

Berdasarkan pada data hasil pengisian angket *self-esteem* oleh 135 peserta didik, selanjutnya dapat juga dilakukan pengelompokkan untuk kategori tingkat *self-esteem* yang tinggi, sedang, dan rendah berdasarkan pada jenis kelamin laki-laki dan perempuan.

**Tabel 3.** Tingkat *Self-Esteem* Berdasarkan Jenis Kelamin Peserta Didik

Kategori	Jenis Kelamin		Frekuensi
	Laki-laki	Perempuan	
Tinggi	9	12	21
Sedang	35	56	91
Rendah	9	14	23
Jumlah	53	82	135

## Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan profil atau gambaran mengenai tingkat *self-esteem* pada peserta didik kelas VIII di SMPN 5 Cimahi. Data penelitian yang telah diperoleh di lapangan selanjutnya dilakukan analisis yang dibagi ke dalam 3 kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah serta berdasarkan pada profil keseluruhan peserta didik yang berjumlah 135 orang, berdasarkan pada aspek-aspek *self-esteem*, dan berdasarkan pada jenis kelamin dari peserta didik.

Berdasarkan pada data kategorisasi tersebut, profil atau gambaran *self-esteem* pada peserta didik kelas VIII di SMPN 5 Cimahi menunjukkan bahwa masih banyaknya peserta didik yang berada pada kategori sedang dan rendah dengan presentase berturut-turut sebesar 66% dan 18%. Hal tersebut menunjukkan bahwa diperlukannya pemberian layanan bantuan dalam bimbingan dan konseling untuk mengembangkan *self-esteem* yang dimiliki oleh peserta didik. Sejalan dengan pernyataan tersebut, Susanto (2018:1) menunjukkan bahwa bimbingan dan konseling di sekolah dimaksudkan untuk membantu mengembangkan kesempatan yang dimiliki peserta didik agar dapat berkembang secara optimal.

Selain itu, berdasarkan pada kategorisasi tingkat *self-esteem* peserta didik berdasarkan aspek *competence* dan *worthiness* menunjukkan bahwa aspek *competence* memperoleh jumlah peserta didik pada kategori tinggi lebih banyak daripada aspek *worthiness* dan sejalan dengan aspek *competence* yang memperoleh jumlah peserta didik pada kategori rendah lebih sedikit daripada aspek *worthiness*. Menurut Mruk (2006:12) *self-esteem* sebagai kompetensi (*competence*) memiliki arti bahwa *self-esteem* akan sangat dipengaruhi oleh perasaan bahwa individu memiliki kompetensi dan kemampuan pada bidang-bidang tertentu, dan *self-esteem* sebagai rasa berharga (*worthiness*) mengacu pada sikap yang positif dan kelayakan pada diri sendiri. Sehingga dapat diartikan bahwa peserta didik memiliki hambatan yang lebih besar dalam aspek sikap positif untuk menghargai diri sendiri dan menghormati dirinya sebagaimana adanya.

Selanjutnya pada kategori tingkat *self-esteem* berdasarkan jenis kelamin peserta didik menunjukkan bahwa pada kategori *self-esteem* yang rendah lebih banyak dialami oleh peserta didik perempuan. Hal tersebut sejalan dengan pernyataan Block dan Robins (Mruk, 2006:71) bahwa faktor yang dapat mempengaruhi tinggi atau rendahnya *self-esteem* pada wanita adalah kemampuan wanita dalam menjalin relasi interpersonal yang

positif. Sedangkan pada pria, faktor yang mempengaruhi tinggi atau rendahnya *self-esteem* adalah kemandirian dan kemampuan pria untuk melibatkan perasaannya.

Pada penelitian lain yang dilakukan oleh Harter (Mruk, 2006:71) menunjukkan bahwa laki-laki maupun perempuan sama-sama mengalami penurunan *self-esteem* pada masa remaja. Namun wanita lebih sering mengalaminya terutama pada hal-hal yang berkaitan dengan penampilan fisik. Secara umum wanita memiliki masalah *self-esteem* pada hal yang berhubungan dengan perasaan diterima atau ditolak oleh lingkungan, sedangkan pria cenderung memiliki masalah *self-esteem* pada hal yang berhubungan dengan kesuksesan atau kegagalan.

## SIMPULAN

Gambaran *self-esteem* pada peserta didik kelas VIII di SMPN 5 Cimahi menunjukkan bahwa masih banyaknya peserta didik yang berada pada kategori sedang dan rendah dengan presentase berturut-turut sebesar 66% dan 18%.

Pada kategorisasi tingkat *self-esteem* peserta didik berdasarkan aspek *competence* dan *worthiness* menunjukkan bahwa aspek *competence* memperoleh jumlah peserta didik pada kategori tinggi lebih banyak daripada aspek *worthiness*.

Pada kategori tingkat *self-esteem* berdasarkan jenis kelamin peserta didik menunjukkan bahwa pada kategori *self-esteem* yang rendah lebih banyak dialami oleh peserta didik perempuan.

## REFERENSI

- Aini, D. F. N. (2018). Self esteem pada anak usia sekolah dasar untuk pencegahan kasus bullying. *Jurnal Pemikiran Dan Pengembangan Sekolah Dasar (Jp2sd)*, 6(1), 36–46.
- Bos, A. E. R., Muris, P., Mulkens, S., & Schaalma, H. P. (2006). Changing self-esteem in children and adolescents: A roadmap for future interventions. *Netherlands Journal of Psychology*, 62, 26–33.
- Fitri, S. F. N. (2021). Problematika Kualitas Pendidikan di Indonesia. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 1617–1620.
- Mruk, C. J. (2006). *Self-Esteem Research, Theory, and Practice* (3rd Edition). Springer Publishing Company.

- Oktaviani, M. A. (2019). Hubungan penerimaan diri dengan harga diri pada remaja pengguna Instagram. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(4), 549–556.
- Refnadi, R. (2018). Konsep self-esteem serta implikasinya pada siswa. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(1), 16–22.
- Santrock, J. W. (2002). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup* (5th ed.). Erlangga.
- Susanto, A. (2018). *Bimbingan dan konseling di Sekolah: Konsep, teori, dan aplikasinya*. Kencana.
- Syafrizaldi, S., & Pratiwi, S. (2020). Hubungan antara Lingkungan Sosial dengan Harga Diri Remaja Panti Asuhan Al Jam'iyatul Washliyah Binjai. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 3(1), 193–199.
- Syanti, W. R. (2019). Pelatihan Self-Esteem Pada Remaja di Panti Asuhan Surabaya. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 11(1), 10–20.