

KONSEP DIRI

Karakteristik berbagai usia



Dr. Jahju Hartanti. M.Psi



**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA
SURABAYA**

Halaman Copyright

©2018

,

Kata Pengantar

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas ridho dan rahmatNya dan junjungan kita nabi Muhammad SAW yang senantiasa menjadi tuntutan dalam kebaikan sehingga buku ini dapat terselesaikan. Buku yang membahas mengenai konsep diri dengan tinjauan berbagai usia ini membahas dari definisi hingga cara pengukuran terkait konsep diri dan contoh alat ukurnya.

Buku ini masih memiliki beberapa kekurangan dan masih membutuhkan penyempurnaan dalam penyusunannya. Hal ini tidak luput dari masukan berupa saran atau komentar terhadap buku ini dari para pembaca. Buku ini sedikit mengulas perbedaan karakteristik konsep diri dari berbagai perkembangan manusia.

Penulis menghaturkan terima kasih pada beberapa pihak yang turut memproses penyusunan buku ini yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu. Terutama untuk suami dan anak-anak saya yang senantiasa memberikan do'a dan dukungan bagi saya sehingga buku ini dapat terbit. Buku ini saya persembahkan untuk keluarga besar saya dan afiliasi saya mendedikasikan ilmu saya, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Surabaya, 14 Desember 2018

Dr. Jahju Hartanti, M.Psi.

Daftar Isi

Halaman Copyright.....	ii
Kata Pengantar.....	iii
Daftar Isi.....	iv
Bab I Pengertian Konsep Diri	
A. Pengertian Konsep Diri.....	1
B. Aspek-aspek Konsep Diri.....	4
C. Indikator Konsep Diri.....	7
D. Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri.....	10
E. Proses Pembentukan Konsep Diri.....	13
Bab II Konsep Diri Anak	
A. Pentingnya Konsep Diri di Usia Kanak-anak.....	15
B. Karakteristik Konsep Diri Kanak-kanak.....	19
C. Masalah yang Dihadapi Terkait Konsep Diri Kanak-kanak.....	22
Bab III Konsep Diri Remaja	
A. Karakteristik Konsep Diri Remaja.....	25
B. Perkembangan Konsep Diri Remaja.....	34
C. Permasalahan Konsep Diri Remaja.....	40
Bab IV Konsep Diri Masa Dewasa dan Orang Tua	
A. Karakteristik Konsep Diri Masa Dewasa dan Orang Tua.....	50
B. Konsep Diri Orang Tua.....	53
Bab V Pendekatan Konseling dalam Mengembangkan Konsep Diri Positif	
A. Peran Penting Konsep Diri dalam Kehidupan.....	58
B. Karakteristik Konsep Diri Positif.....	69
C. Karakteristik Konsep Diri Negatif.....	71
D. Implikasi Konsep Diri dalam Pendidikan.....	75
E. Pendekatan Konseling untuk Mengembangkan Konsep Diri Positif.....	80

Bab VI	Pengukuran Konsep Diri	
	A. Pengembangan Kisi-kisi Skala Konsep Diri.....	82
	B. Instrumen Skala Konsep Diri.....	86
Daftar Pustaka.....		91

BAB I

PENGERTIAN KONSEP DIRI

A. Pengertian Konsep Diri

Konsep diri merupakan bagian dari individu yang sangat berperan penting. Konsep diri diartikan sebagai perasaan individu mengenai dirinya yang berperan sebagai pribadi utuh dan berkarakteristik unik, sehingga seorang individu tersebut akan dikenali sebagai individu yang memiliki ciri khas unik. Konsep diri juga berperan penting sebagai bagian diri yang dapat memahami kebutuhan dalam diri individu serta introspeksi terhadap kekurangan dan kelebihan atas dirinya secara obyektif.

Diri (*self*) meliputi semua ciri, baik dari jenis kelamin, pengalaman masa lalu, dan latar belakang budaya, serta pendidikan yang ada pada diri individu itu sendiri. Konsep diri diartikan sebagai bagian penting dalam perkembangan kepribadian individu yang didukung oleh pendapat Rogers, Hall, & Lindzey (1993) yang mengemukakan bahwa diri (*self*) berisi ide, persepsi, serta nilai yang cakupannya meliputi kesadaran terhadap diri sendiri.

Pendapat tersebut juga didukung dengan pernyataan yang menyebutkan bahwa konsep diri adalah gambaran diri seorang individu yang terkait dengan identitas atau karakteristik personal dari individu itu sendiri. Selain itu konsep diri juga termasuk pengalaman, peran, dan status sosial dari individu (Hall & Lindzey, 1993). Pendapat tersebut juga didukung oleh teori yang menyebutkan bahwa konsep diri merupakan semua ide, pikiran, keyakinan, serta pendirian yang diketahui oleh individu terkait dirinya, termasuk persepsi individu atas kemampuan dirinya serta nilai yang berkaitan dengan pengalaman dirinya (Song, 1982). Seperangkat keyakinan terkait dengan diri individu disebut dengan *self-concept* atau konsep diri. Konsep diri adalah keseluruhan penilaian, pemikiran, serta perasaan yang mengacu pada *self* sebagai obyek.

Konsep diri biasanya dapat dikembangkan melalui pengalaman interaksi dengan lingkungan sekitarnya. Seorang individu jika tidak memiliki pengalaman interaksi sosial dengan lingkungan sekitarnya, ia akan memiliki konsep diri yang kurang. Mengapa demikian?

Konsep diri adalah gambaran atau representasi dari seseorang terkait diri kita, jika kita tidak melakukan interaksi dengan orang lain sama sekali, maka kita tidak akan paham bagaimana penilaian orang lain terhadap diri kita. Pada dasarnya dalam konsep diri, individu menilai dirinya sendiri berdasarkan pengalamannya. Jika tidak berinteraksi, bagaimana seorang individu memiliki pengalaman?.

Konsep diri memiliki tiga dimensi yang meliputi dimensi pengetahuan yang dimana individu memiliki pengetahuan terhadap dirinya sendiri terkait dengan gambaran dirinya dan kekurangan maupun kelebihan dirinya sendiri, kedua adalah harapan yang dimana individu tersebut memahami kemungkinan dirinya di masa mendatang akan menjadi apa, lalu yang ketiga adalah penilaian yang terkait dengan kemampuan individu dalam menilai dirinya sendiri terkait “siapa saya” dan “seharusnya saya menjadi apa” (Calhoun & Acocella, 1995). Hasil penilaian terhadap diri sendiri tersebut akan memiliki pengaruh bahwa semakin individu tidak sesuai

antara harapan dengan kondisinya saat ini maka ia akan semakin memiliki harga diri yang rendah.

B. Aspek-aspek Konsep Diri

Konsep diri memiliki aspek yang menjadi komponen dari konsep diri secara rinci dijabarkan oleh William H. Fitts (1971) menjadi lima kategori sebagai berikut.

1. Diri fisik, yang merupakan pandangan individu terhadap kondisi fisik yang dimilikinya yang terkait juga dengan kondisi kesehatan, penampilan diri dan kondisi motoriknya. Misalkan seorang individu itu menganggap dirinya pendek, kurang cantik, dan bahkan tidak menarik jika dipandang orang lain. Hal ini terkait dengan diri fisik dalam konsep diri.
2. Diri keluarga, yang menjadi pandangan atau penilaian individu terhadap kedudukannya dalam keluarga. Dalam aspek ini membahas mengenai adekuat seorang individu dalam suatu keluarga sebagai salah satu anggota keluarganya.
3. Diri pribadi, adalah kemampuan individu untuk menggambarkan identitas dirinya sendiri baik berupa

perasaan maupun persepsi terhadap kepribadiannya. Hal ini tidak dipengaruhi oleh kondisi fisik maupun interaksi dengan orang lain, melainkan terkait sejauh mana individu merasa puas terhadap dirinya sendiri sebagai pribadi yang tepat.

4. Diri moral-etik, yang merupakan persepsi individu terhadap dirinya yang dinilai dari pertimbangan pencerminan nilai moral dan etika dirinya. Hal ini terkait dengan persepsi seseorang terhadap hubungannya dengan Tuhan-nya, kepuasan seseorang terhadap keyakinan yang dianutnya, lalu kehidupan beragama dan membedakan batasan baik buruk dalam dirinya.
5. Diri sosial, terkait bagaimana individu melakukan interaksi sosial yang dimana bagian indi adalah penilaian orang lain terhadap dirinya terkait dengan kualitas interaksi interpersonal dengan lingkungan sekitarnya (Agustiani, 2006).

Menurut Burns (dalam Berzonsky, 2002) menjelaskan bahwa komponen dalam konsep diri adalah sebagai berikut.

- a. Aspek fisik : penilaian individu terkait kondisi fisik yang dimiliki.
- b. Aspek sosial : penilaian terhadap peranan sosial yang dimainkan oleh individu serta sejauh mana individu memainkan peran tersebut di lingkungan sosialnya.
- c. Aspek moral-etik : prinsip serta nilai yang terkait dengan keyakinan yang dianut dalam kehidupan individu tersebut.
- d. Aspek psikis : terkait pikiran, perasaan, serta sikap individu terhadap dirinya sendiri.

Pendapat lain menyampaikan bahwa aspek terbesar dalam konsep diri meliputi dua hal yang disampaikan oleh Calhoun (2002) yaitu terkait identitas diri dan evaluasi diri. Konsep identitas diri ini berfokus pada makna yang dikandung dari suatu obyek yang mampu memberikan struktur serta isi terhadap konsep diri sehingga mampu mengaitkan individu pada sistem sosial. Pada dasarnya, identitas ini mengacu pada “siapa” dan “apa” dari diri seseorang sekaligus pada pelbagai makna yang diberikan seseorang terhadap dirinya dan orang lain.

Kedua, evaluasi diri atau penghargaan terhadap diri atau *self esteem* dapat terjadi pada masing-masing identitas individu. Menurut Gecas & Schwalbe (dalam Calhoun, 2002) individu biasanya lebih tertarik untuk membuat evaluasi diri berdasarkan dua kategori besar, yaitu pengertian mereka tentang kompetensi atau kemampuan diri mereka, dan pengertian mereka tentang kebaikan atau nilai moral.

C. Indikator Konsep Diri

Brooks dan Emmert (dalam Rahmat, 2004) mengungkapkan bahwa terdapat perbedaan karakteristik seseorang dengan konsep diri positif dan seseorang dengan konsep diri negatif. Perbedaan tersebut dapat ditunjukkan melalui beberapa indikator dari:

- a.** Individu dengan konsep diri positif memiliki indikator sebagai berikut.
 - 1) Yakin terhadap kemampuan mengatasi masalah.
 - 2) Merasa dirinya setara atau sederajat dengan orang lain.
 - 3) Senang menerima pujian.

- 4) Menyadari bahwa setiap orang memiliki berbagai perasaan, keinginan, dan perilaku yang tidak seluruhnya dapat diterima oleh masyarakat.
- 5) Memiliki kemauan memperbaiki diri sendiri.
- 6) Memiliki kesanggupan dalam mengungkapkan kelemahan dan berusaha untuk merubahnya.

b. Orang dengan konsep diri negatif, dapat dilihat jika individu :

- 1) Peka terhadap kritik, akan tetapi merasa orang lain ingin menjatuhkan harga dirinya.
- 2) Cenderung menghindari dialog yang terbuka.
- 3) Berusaha mempertahankan pendapat dengan berbagai logika yang keliru.
- 4) Menghargai pujian yang ditujukan pada dirinya dengan berbagai pendamping lainnya agar dirinya menjadi pusat perhatian.
- 5) Memiliki kecenderungan bersikap hiperkritis terhadap orang lain.
- 6) Tidak pernah menyampaikan kelebihan orang lain.
- 7) Jarang mengakui keunggulan orang lain dari pada dirinya sendiri.

- 8) Mudah marah bahkan sering cenderung mengeluh dan meremehkan orang lain.
- 9) Merasa tidak disenangi dan tidak diperhatikan oleh orang banyak.
- 10) Tidak mau menyalahkan diri sendiri namun selalu memandang dirinya sebagai korban dari sistem sosial yang tidak benar.
- 11) Pesimis terhadap segala yang bersifat kompetitif, bahkan tidak menyukai persaingan karena merasa khawatir akan merugikan dirinya.

Berdasarkan pandangan di atas, dapat disimpulkan bahwa individu dengan konsep diri positif, cenderung mengembangkan sikap-sikap positif mengenai dirinya sendiri, dan sebaliknya individu dengan konsep diri negatif, maka individu tersebut cenderung akan mengembangkan nilai-nilai atau pandangan yang negatif tentang segala kondisi atau sistem sosial yang ada.

Konsep diri positif maupun negatif dipengaruhi oleh cara penilaian individu terhadap dirinya sendiri dan lingkungan. Berdasarkan pengalaman sosialnya

dengan lingkungan akan memengaruhi perilaku individu tersebut dan konsep dirinya dalam menunjukkan persepsinya terhadap orang lain. Hal ini akan menghasilkan indikasi-indikasi konsep diri positif maupun negatif pada individu tersebut.

D. Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri

Dibalik indikasi konsep diri negatif maupun positif dipengaruhi beberapa faktor yang meliputi faktor di bawah ini :

1. *Self-appraisal*
2. *Reactions and responses of others*
3. *Roles you play* (Verderber, 1984)
4. *Reference group* (Brooks, dalam Rahmat 2004)

Jika dibahas secara rinci terkait satu per satu faktor yang mempengaruhi konsep diri yaitu sebagai berikut.

a) *Self-appraisal – Viewing Self as An Object*

Pada faktor pertama ini menunjukkan istilah untuk suatu pandangan individu yang menjadikan dirinya sebagai obyek dalam komunikasi. Dengan kata lain,

dalam poin ini membahas mengenai kesan kita terhadap diri kita sendiri.

b) *Reaction and Response of Others*

Konsep diri pada dasarnya tidak dapat berkembang jika kita hanya mampu menilai diri kita sendiri. Namun, konsep diri dapat berkembang melalui interaksi sosial dengan lingkungan sekitar. Oleh karena itu, konsep diri dipengaruhi juga oleh penilaian maupun pandangan orang lain terhadap diri kita. Hal ini dapat dicontohkan dengan penyampaian pendapat di forum. Ketika pendapat kita menjadi sorotan untuk dikritik orang lain karena memiliki perbedaan pandangan maka kita harus menilik “apakah ada yang salah dengan diri saya?”.

c) *Roles You Play – Roles You Taking*

Dalam poin ketiga ini terkait peran yang kita ambil saat berperilaku. Peran disini maksudnya adalah konsep dalam pemilahan perilaku apa yang akan kita tunjukkan di masyarakat sehingga apa yang kita tiru, ucap, lakukan sudah tepat di mata orang lain dan mendapatkan penilaian tepat dari orang lain. Ekspersi

yang kita tirukan akan mempengaruhi penilaian orang lain terhadap diri kita dan itu akan berpengaruh juga terhadap kualitas konsep diri yang kita tunjukkan di mata orang lain.

d) *Reference Group*

Pada poin keempat terkait kelompok rujukan. Kelompok rujukan yang dimaksud disini adalah kelompok dimana kita dapat menjadi anggota di dalamnya. Jika kelompok ini dirasa penting, maka kelompok ini mampu meningkatkan dan/atau mengembangkan konsep diri kita kedepannya. Penting disini yaitu dimana kelompok ini memberikan penilaian positif dan membawa reaksi baik terhadap perkembangan konsep diri kita. Perilaku individu tidak ditentukan oleh kelompok ini saja secara singkat, melainkan juga proses belajar sepanjang hidup manusia juga. Ketika individu lahir, individu tersebut tidak memiliki pengetahuan apapun terkait dirinya, bahkan tidak memiliki harapan yang akan dicapai juga oleh dirinya. Sejalan dengan pertumbuhan konsep diri akibat interaksi dengan

kelompok atau lingkungan sosialnya, maka ia akan mampu menentukan capaian dan juga harapannya di masa mendatang, sehingga kelompok rujukan ini berpengaruh tidak hanya jangka pendek saja terhadap tujuan hidup individu tersebut.

E. Proses Pembentukan Konsep Diri

Dalam proses pembentukan konsep diri biasanya juga dipengaruhi oleh interaksi individu dengan lingkungan sekitarnya. Hal ini dikarenakan konsep diri dapat berkembang seiring berkembangnya kontak individu terhadap lingkungan sekitarnya. Konsep diri juga merupakan salah satu tolak ukur kualitas diri individu yang dapat dinilai oleh orang lain dan juga dikenali oleh orang lain. Hal tersebut akan memengaruhi kemampuan individu dalam berinteraksi sosial dengan orang lain.

Penghargaan terhadap diri sendiri atau disebut juga *self-esteem* adalah salah satu keunikan atau karakteristik serta sifat individu. Penghargaan diri mampu mewakili evaluasi dan komponen yang dominan dalam konsep diri seseorang. Hal ini juga termasuk gambaran penilaian

secara kualitatif serta rasa untuk menggambarkan jati diri seorang individu itu sendiri.

Jadi konsep diri merupakan persepsi individu terhadap dirinya dan juga merupakan bentuk penghargaan diri atau penilaian terhadap diri sendiri. Harga diri (*self esteem*) merupakan dasar pengalaman hidup seseorang yang dapat menjadi komponen dasar kepribadian dan dapat berpengaruh terhadap kualitas hubungan interpersonal dan suasana hati dalam kehidupan sehari-hari.

BAB II

KONSEP DIRI ANAK

A. Pentingnya Konsep Diri di Usia Kanak-kanak

Peran konsep diri di usia kanak-kanak sangat penting. Hal ini disebabkan dalam masa kanak-kanak, mereka mengalami masa *golden age* dimana lonjakan perkembangan terjadi sangat pesat. Masa perkembangan yang sangat pesat ini adalah masa paling tepat untuk mengembangkan konsep diri di masa kanak-kanak. Konsep diri adalah bagian terpenting, sebab dalam pengembangan konsep diri terdapat komponen berupa kemampuan anak dalam mengenali dirinya secara utuh.

Pada dasarnya konsep diri akan membahas bagaimana pandangan atau penilaian seorang anak terhadap dirinya sendiri. Namun, jika tidak diajarkan sejak kecil mereka tidak memiliki pandangan terhadap dirinya secara positif. Pandangan tersebut meliputi keberadaan dirinya sendiri maupun keberadaan orang di sekitarnya yang dapat menumbuhkan pandangan anak tersebut terhadap orang lain. Jika yang tertanam sejak dini adalah pandangan konsep diri yang negatif terhadap dirinya maupun

terhadap orang lain, anak akan terbiasa memandang lingkungan sekitarnya secara negatif jika tidak diarahkan dengan baik.

Idealnya, konsep diri dikembangkan dan diarahkan sejak individu itu lahir ke dunia. Mengapa demikian? Karena di masa individu baru lahir, ia belum memiliki pandangan atau penilaian apapun terhadap orang lain baik maupun buruk sehingga butuh diarahkan oleh orang tua sebagai madrasah utama dalam sebuah keluarga. Setelah itu, anak akan terbentuk konsep dirinya dengan sendirinya melalui pengalaman interaksinya dengan orang lain di lingkungan sekitarnya. Tak lepas dari pengaruh orang lain terhadap penilaiannya, pengaruh dari saudara bahkan tetangga ataupun teman sebayanya juga turut memengaruhi konsep diri anak tersebut. Maka dari itu, konsep diri sangatlah berpengaruh dalam kehidupan sosialnya.

Masa *golden age* dianggap masa yang tepat untuk menanamkan konsep diri pada anak. Rentang usia masa kanak-kanak memiliki dua jenjang yakni masa kanak-kanak awal dan akhir. Masa kanak-kanak awal dimulai

dari usia 2-6 tahun, sedangkan masa kanak-kanak akhir mulai dari 6 hingga 12 tahun (Hurlock, 1990). Ketika masa ini tidak digunakan untuk menanamkan konsep diri pada anak, orang tua akan merasa rugi kemudian hari. Mengapa demikian? Kerugian tidak menanamkan konsep diri pada anak sejak dini yaitu orang tua menyiapkan waktu anak untuk mengajarkan anak menghargai diri sendiri, mengajarkan anak untuk tidak membandingkan dirinya dengan orang lain, lalu orang tua tidak menggali potensi anak secara baik.

Pertama, terkait mengajari anak untuk menghargai diri sendiri ini membutuhkan peran aktif orang tua menentukan konsep diri anak. Perasaan cinta dan kasih sayang apalagi penghargaan dari orang tua kepada anak membuat anak semakin percaya diri. Hal ini menumbuhkan konsep diri anak yang positif. Kedua, menghindarkan anak untuk membandingkan dirinya dengan anak yang lain. Dalam hal ini memang perlu dijelaskan terlebih dahulu kepada anak bahwa setiap anak dilahirkan dengan perbedaan masing-masing. Tidak ada di dunia ini manusia yang memiliki kemiripan dalam

semua hal walaupun sekecil apapun itu. Sekalipun itu anak kembar, mereka pasti memiliki perbedaan satu sama lain. Jika masa pengenalan ini terlewatkan maka kemungkinan anak akan menjadi tidak mensyukuri kondisi dirinya yang memengaruhi *physical self* pada konsep diri anak. Ketiga, terkait penggalian potensi anak. Sikap ini menjadi alternatif penengah agar anak tidak membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain dengan ia diajarkan oleh orang tua terkait dengan potensi yang dimilikinya. Potensi anak satu dengan yang lain sudah pasti berbeda, maka dari itu orang tua bertugas untuk mengarahkan potensi anak dengan mendukung bakat dan minatnya agar ia mampu membangun konsep diri positif dalam dirinya.

Membangun konsep diri pada anak tidak mudah ditanamkan dalam waktu yang singkat. Cara sederhana menanamkan konsep diri pada anak sebenarnya tergantung pada komitmen orang tua terhadap anak melalui pembiasaan hal baik kepada anak baik dari segi ucapan maupun perilaku pada anak. Selebihnya, hasil kembali pada anak dan diserahkan kepada Allah SWT.

B. Karakteristik Konsep Diri Kanak-kanak

Berbicara mengenai pelaksanaan bimbingan kelompok, maka kegiatan ini dapat bersifat preventif maupun preservatif atau pengembangan. Resistensi dalam pelaksanaan bimbingan kelompok untuk mengembangkan kemampuan konseli adalah masalah konseli.

Pola asuh terhadap anak yang keliru maka akan menimbulkan konsep diri negatif pada anak. Hal ini terlebih didukung dengan adanya lingkungan yang kurang mendukung terhadap perkembangan konsep diri positif pada anak. Anak akan cenderung menilai dirinya berdasar hasil interaksi sosialnya dengan orang maupun lingkungan di sekitarnya. Jika lingkungan memberikan respon baik, maka konsep diri anak akan menjadi positif ditambah dengan penghargaan dari orang di sekitarnya bersifat positif. Jika ia tidak mendapatkan penghargaan baik dari orang lain, maka konsep diri yang terbentuk adalah konsep diri negatif.

Devit & Ormrod (2002) gambaran perubahan konsep diri anak usia 6-12 tahun disebabkan oleh tuntutan

akademik dan perubahan sosial yang baru ditemui di sekolah ataupun lingkungan sosialnya. Sekolah memberikan kesempatan pada anak untuk mengenal perbedaan antara dirinya dengan teman-temannya, sehingga ia memiliki penilaian terhadap temannya secara rasional dan realistis. Perubahan konsep diri anak dari tahun ke tahun dapat dilihat perubahannya melalui karakteristik internal, aspek sosial, dan perbandingan sosial (Santrock, 1995). Lebih jelasnya dapat direpresentasikan sebagai berikut.

1. Karakteristik internal. Masa kanak-kanak akhir biasanya ia lebih mampu memahami dirinya melalui karakter internal dan eksternal. Ia memiliki sensitivitas terhadap apa yang ia lakukan dan apa respon orang lain terhadap perilakunya.
2. Karakteristik aspek sosial. Individu dalam masa kanak-kanak mampu memahami dirinya dan sering bergabung dengan kelompok-kelompok sosial sebagai acuan dalam mendeskripsikan dirinya.
3. Karakteristik perbandingan sosial. Perbandingan sosial dalam lingkungan sekitar dijadikan acuan

utama untuk pemahaman diri anak di usia 6-12 tahun. Pada tahap perkembangan ini anak cenderung membandingkan dirinya dengan orang lain secara absolut. Lingkungan pertemanannya dijadikan acuan utama dalam memberikan penilaian terhadap dirinya sendiri dan cenderung dijadikan *role model* dalam perilakunya sehari-hari dalam menerapkan konsep diri.

Santrock (1995) memercayai bahwa pandangan yang melibatkan suatu rangkaian khusus terkait tahapan usia mulai 3 tahun hingga masa remaja memiliki tahapan konsep diri yang meliputi egosentrisme dan mengalami kemunduran fase pada usia 4 tahun. Di usia 6 tahun anak mulai menyadari bahwa pandangan orang lain dengan pandangan dirinya sendiri berbeda. Sedangkan di usia 10 tahun mereka mampu untuk mengedepankan pandangan dirinya sendiri dan orang lain secara bersama-sama tanpa memandang salah satu pihak yang lebih unggul.

Menurut Maccoby (1980) anak yang sudah berusia 6 tahun maka ia sudah mampu menalar perspektif orang lain. Pada hasil penelitian Maccoby tersebut juga

menjelaskan bahwa seseorang yang memiliki usia sama, belum tentu ia memiliki tingkat pemahaman yang sama juga. Hal ini dikarenakan bahwa kemampuan anak untuk melakukan pengambilan peran berbeda dari suatu waktu ke waktu yang lainnya.

C. Masalah yang Dihadapi Terkait Konsep Diri

Kanak-kanak

Beberapa permasalahan yang muncul akibat anak tidak diajarkan konsep diri pada anak sejak dini. Permasalahan yang seringkali muncul terkait masalah diri ideal dalam komponen konsep diri, penghargaan terhadap diri sendiri, dan juga terkait citra diri dalam konsep diri. Terkait konsep diri negatif yang tertanam pada anak, dampaknya sangat fatal. Jika anak tidak memiliki konsep diri positif maka ia akan mengalami krisis diri yang ideal, citra diri, dan juga rendahnya harga diri.

Permasalahan yang mungkin terjadi terkait konsep diri anak usia dini yaitu sebagai berikut.

1. Seorang anak yang selalu memperlihatkan kepercayaan diri, keberanian, ketekunan, kesabaran,

upaya yang luar biasa, serta pikiran positif. Hal itu kemudian membentuk diri ideal anak. Yang perlu diperhatikan adalah dalam membentuk dan memilih sosok yang menjadi contoh dalam menumbuhkan kepribadian anak. Sebagai antisipasi jika anak cenderung salah mengidolakan sosok yang dijadikan patokan idealnya sebuah kepribadian. Untuk itu peran orang tua dalam hal ini sangat penting agar anak tidak salah menentukan arah perkembangan diri dan pertumbuhan karakter serta kepribadian.

2. Cara seseorang dalam melihat dan berpikir mengenai dirinya. Citra diri adalah cermin diri. Sederhananya adalah "Apa yang kamu pikirkan mengenai dirimu?". Apakah akan meninggalkan kesan cerdas, percaya diri, pemalas, menarik, dsb. Saat anak melihat dirinya percaya diri, maka ia akan bertindak percaya diri. Saat anak melihat dirinya sebagai pemalas, maka ia akan bertindak pemalas. Begitu seterusnya sesuai dengan pandangannya sendiri. Citra diri merupakan komponen konsep diri yang paling penting dalam

mensukseskan diri. Karena kemajuan diri akan mempercepat laju kemajuan pada diri seseorang.

3. Harga diri merupakan hasil perbandingan antara diri ideal dengan citra diri. Semakin citra diri sejalan atau mendekati idealnya, maka akan menumbuhkan harga diri yang tinggi. Semakin banyak pikiran positif mengerumuni pikiran anak, maka hal itu akan memacu semangat, antusiasme, dan motivasi diri yang tinggi dari dalam dirinya.

Beberapa permasalahan di atas dapat diatasi salah satunya dengan teknik menggambar (Zahra, Sundari, & Suratno, 2016). Melalui teknik menggambar dapat mudah diidentifikasi dari gambaran anak, apakah ia menggambar suatu hal negatif atau positif. Observasi terhadap gambar yang ditunjukkan oleh anak semakin baik, maka konsep dirinya semakin positif. Selain itu, hal yang perlu diperhatikan lagi terkait pengembangan konsep diri anak yaitu memerhatikan lingkungan bermainnya. Jika lingkungan bermainnya sering memengaruhi konsep diri negatif, maka ia akan memiliki konsep diri yang negatif pula.

BAB III

KONSEP DIRI REMAJA

A. Karakteristik Konsep Diri Remaja

Pertengahan masa remaja seorang individu akan mengalami diskrepansi lebih besar antara diri rasional dengan diri ideal dibandingkan saat remaja akhir (Strachen & Jones, 1982). Konsep diri usia remaja (SMP-SMA) Ketika anak-anak memasuki masa remaja, konsep diri mereka mengalami perkembangan yang sangat kompleks dan melibatkan sejumlah aspek dalam diri mereka. Santrock (1998) menyebutkan sejumlah karakteristik perkembangan konsep diri pada remaja yaitu:

1. *Abstract and Idealistic.* Pada masa remaja, anak-anak cenderung lebih mungkin membuat gambaran tentang diri mereka dengan kata-kata yang abstrak dan idealistic. Gambaran abstrak tentang diri seorang anak dapat dilihat dari pernyataan anak usia 14 tahun berikut: “Saya seorang manusia. Saya tidak dapat memutuskan sesuatu. Saya tidak tahu siapa diri Saya.” Sedangkan deskripsi idealistic dari konsep diri

remaja dapat dilihat dari pernyataan: “Saya orang yang sensitive. Saya sangat peduli terhadap perasaan orang lain. Saya rasa, Saya cukup cantik.” Walaupun tidak semua remaja menggambarkan diri mereka dengan abstrak dan idealistik, namun sebagian remaja membedakan antara diri mereka yang sebenarnya dengan diri yang diidamkan.

2. *Differentiated*. Konsep diri remaja telah lebih terdiferensiasi dibanding anak-anak. Pada tahap ini remaja lebih mungkin untuk menggambarkan dirinya sendiri dengan konteks atau situasi yang semakin terdiferensiasi. Misalnya remaja berusaha menggambarkan dirinya dalam menggunakan sejumlah karakteristik dalam hubungannya dengan keluarga, atau dalam hubungannya dengan teman sebaya, dan bahkan dalam hubungannya yang romantis dengan lawan jenis. Intinya adalah dibandingkan dengan anak-anak remaja telah dapat memahami bahwa dirinya memiliki ciri yang berbeda-beda (*Differentiated selves*), sesuai dengan peran atau konteks tertentu.

3. *Contradictions Within the Self.* Setelah mendiferensiasikan dirinya, maka akan muncul kontadiksi. Mc Devitt dan Ormrod (2002) menulis: *“As their words broaden in the teenage years, young people have a greater variety of social experiences and so are apt to get conflicting messages about their characteristic. The Result is that their self-concepts may include contradictory views of themselves”*. Istilah yang digunakan untuk menggambarkan diri mereka secara kontradiktif dapat berupa misalkan jelek dan menarik, mudah bosan dan ingin tau, peduli dan tidak peduli, tertutup dan suka bersenang- senang.
4. *The Fluctiating Self.* Sifat yang kontradiktif dalam diri remaja pada gilirannya yang memunculkan fluktuasi diri dalam berbagai situasi dan lintas waktu yang tidak mengejutkan. Seorang peneliti menjelaskan sifat fluktuasi dalam diri remaja tersebut disebut dengan metafora *“The Barometric”* (diri barometik). Maksudnya adalah diri seorang remaja akan terus memiliki ciri ketidakstabilan hingga masa dimana remaja berhasil membentuk teori mengenai dirinya

yang lebih utuh. Tetapi biasanya tidak terjadi hingga masa remaja akhir bahkan hingga masa dewasa awal.

5. *Real and Ideal, True and False Selves*. Kemudian muncul kemampuan remaja untuk mengkonstruksikan diri ideal mereka disamping diri yang sebenarnya, tetapi hal tersebut masih membingungkan remaja. Kemampuan untuk menyadari adanya perbedaan antara diri yang nyata dengan diri yang ideal menunjukkan adanya perkembangan kognitif pada diri remaja.

Carl Roger yakin bahwa adanya perbedaan yang terlalu jauh antara diri yang nyata dengan diri yang ideal menunjukkan ketidak mampuan remaja untuk menyesuaikan diri. Penelitian yang dilakukan Strachen dan Jones (1982) menunjukkan bahwa pada pertengahan masa remaja terjadi diskrepasi atau ketidak-cocokan antara apa yang diharapkan dengan kenyataan yang lebih besar antara diri yang nyata dengan diri yang ideal dibandingkan dengan pada awal dan akhir masa remaja.

Dari sudut pandang yang berbeda, ahli lain melihat adanya suatu aspek penting dari diri idel atau diri yang diimajinasikan, yaitu apa yang disebut dengan *Possible-self* . Berdasarkan pandangan ini, adanya suatu yang diharapkan dan yang ditakutkan adalah suatu fenomena yang sehat secara psikologis. Seperti ketakutan akan tidak diterima di universitas idaman, atau keyakinan dapat sukses di masa depan. Kemudian muncul pertanyaan “Dapatkah remaja membedakan antara diri mereka yang benar (*True Self*) dengan diri mereka yang palsu (*False Self*)?”

Remaja cenderung menunjukkan diri yang palsu ketika berada pada lingkungan teman-teman sekelasnya. Namun, ketika berada bersama teman-teman terdekatnya, kecil kemungkinan remaja menunjukkan dirinya yang palsu. Diri yang palsu ditunjukkan oleh remaja agar membuat orang lain mengaguminya. Karena remaja cenderung ingin terlihat hebat, dan menjadi pusat perhatian.

6. *Social Comparison*. Dibandingkan dengan anak-anak remaja lebih senang menggunakan perbandingan

untuk mengevaluasi diri mereka. Namun, kesediaan remaja untuk mengevaluasi diri sendiri akan menurun pada masa ini, karena menurut mereka perbandingan sosial itu tidak diinginkan.

7. *Self-Conscious*. Karakteristik lain pada remaja yaitu bahwa remaja lebih sadar akan dirinya disbanding dengan anak-anak. Remaja menjadi lebih introspektif, yang mana hal ini merupakan bagian dari kesadaran diri mereka dan bagian dari eksplorasi diri. Namun, introspeksi diri tidak selalu terjadi pada diri remaja yang ada didalam lingkungan isolasi sosial. Terkadang remaja meminta dukungan dan penjelasan dari teman-temannya, memperoleh opini teman-temannya mengenai definisi diri yang baru muncul.
8. *Self -Protective*. *Self-Protective* merupakan mekanisme untuk mempertahankan diri. Dalam upaya melindungi dirinya, remaja cenderung menolak adanya karakteristik negatif dalam diri mereka. Mereka cenderung berusaha menunjukkan diri yang memiliki sifat periang, cantik, menarik, dan suka bersenang-senang. Dibandingkan sifat jelek,

pemurung, penyendiri, dan pendiam. Hal ini merupakan kecenderungan remaja untuk menggambarkan dirinya secara idealistik.

9. *Unconscious*. *Unconscious* merupakan karakteristik yang tidak disadari. Artinya, remaja yang lebih tua yakin adanya aspek-aspek tertentu dari pengalaman mental diri mereka yang berada di luar kesadaran atau kontrol mereka dibandingkan dengan remaja yang lebih mudah.
10. *Self-Integration*. Pada masa remaja akhir konsep diri remaja akan lebih terintegrasi, dimana bagian yang berbeda-beda dari diri secara sistematis menjadi satu kesatuan. Maksudnya adalah remaja yang lebih tua lebih mampu mendeteksi adanya ketidakkonsistenan dalam gambaran diri mereka. Pada saat yang sama, ketika remaja menghadapi tekanan untuk membagi-bagi diri menjadi sejumlah peran, munculah pemikiran formal operasional yang mendorong proses integrasi dan perkembangan dari suatu teori diri yang konsisten dan koheren.

McDevitt dan Ormrod (2002) mencatat dua fenomena yang menonjol dalam perkembangan konsep diri pada masa remaja awal (10-14 tahun). **Pertama**, kebanyakan anak remaja awal percaya bahwa dalam suatu situasi sosial, dirinya menjadi pusat perhatian dari orang lain. Aspek egosentris dari konsep diri remaja disebut dengan istilah *Imaginary Audience*, yaitu keyakinan remaja bahwa orang lain memiliki perhatian yang sangat besar terhadap dirinya. Gejala *Imaginary Audience* ini mencakup berbagai perilaku untuk mendapat perhatian: keinginan agar kehadirannya diperhatikan, disadari oleh orang lain dan menjadi pusat perhatian. Misalnya anak gadis dua SMP selalu memperhatikan penampilannya karena merasa dirinya selalu diperhatikan oleh orang lain, atau bahkan karena ingin menjadi pusat perhatian. **Kedua**, fenomena penting lainnya dalam perkembangan konsep diri remaja awal adalah *Personal Fable*, yaitu perasaan akan adanya keunikan pribadi yang dimilikinya. Anak-anak awal remaja percaya bahwa diri mereka berbeda dengan orang lain. Mereka sering berpikir bahwa orang-orang di sekitar

mereka tidak pernah merasakan seperti yang mereka alami.

Menurut Clarke-Stewart dan Friedman (Agustiani, 2006) masa remaja dikenal sebagai masa transisi atau peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada masa ini seorang anak mengalami perubahan secara pesat baik fisik maupun psikis. Perubahan yang tampak jelas adalah perubahan fisik, di mana tubuh berkembang pesat sehingga mencapai tubuh orang dewasa yang disertai pula dengan berkembangnya kapasitas reproduktif. Selain itu, remaja juga berubah secara kognitif dan mulai mampu berfikir secara abstrak seperti orang dewasa. Adapun Pikanus (Agustiani, 2009) menyebutkan beberapa tugas penting dalam perkembangan remaja diantaranya yaitu menerima diri sendiri dan mengandalkan kemampuan dan sumber-sumber yang ada pada diri.

Penerimaan diri disini jelas berhubungan erat dengan konsep diri dan penemuan identitas diri. Erikson (Olson & Hergenhahn, 2013) menyebutkan bahwa pada periode

ini remaja memasuki periode krisis identitas. Erikson yakin tahap ini dapat merepresentasikan periode transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Tahap-tahap sebelumnya anak belajar siapa diri mereka dan apa yang dapat mereka lakukan (tersedianya berbagai peran yang anak mainkan). Pada tahap ini anak harus hati-hati dalam mempertimbangkan informasi yang sudah dikumpulkan mengenai diri dari diri pribadi maupun dari masyarakat. Hal ini untuk menentukan identitas diri yang nantinya akan digunakan pada tahap selanjutnya. Pembentukan identitas diri sejalan dengan pembentukan konsep diri pada remaja, dimana remaja harusnya sudah memiliki konsep diri yang positif.

B. Perkembangan Konsep Diri Remaja

Dalam perkembangan konsep diri remaja sama halnya juga dengan perkembangan konsep diri pada masa kanak-kanak, yakni dipengaruhi orang lain yang sering berinteraksi dengan dirinya. Pengalaman berinteraksi dengan orang di sekitarnya membuat pengembangan konsep diri remaja semakin baik. Jika lingkungan

sekitarnya memiliki dampak positif pada hidupnya, maka ia akan memiliki konsep diri positif juga dalam masa remajanya.

Pengembangan konsep diri remaja ditekankan pada lingkungan keluarga. Hal ini dapat dibentuk dengan salah satunya pola asuh orang tua yang mewarnai konsep diri remaja itu sendiri. Sama halnya dengan pengembangan konsep diri pada masa kanak-kanak, di mana penekanan utama pembentukan konsep diri masa kanak-kanak adalah pada pola asuh orang tua di masa *golden age* anak. Selain itu, konsep diri juga terkait dengan pengalaman individu di masa kanak-kanak berinteraksi dengan orang tua.

Interaksi dengan orang tua ini dapat berbentuk perhatian, kasih sayang, dan juga sanjungan atau pujian yang diberikan orang tua kepada anak. Perkembangan konsep diri di masa remaja biasanya masih berubah-ubah. Hal ini dikarenakan bahwa masa remaja adalah masa peralihan dan perubahan (Hurlock, 1990). Dalam masa peralihan ini, remaja cenderung ia seringkali memiliki masalah untuk meninggalkan kebiasaan di masa kanak-kanaknya menuju masa remaja hingga dewasa awal. Hal

ini pastinya menjadi konflik tersendiri bagi kehidupannya di masa sekarang dan mendatang.

Kedua, masa perubahan. Masa perubahan ini yaitu di mana seorang individu akan mengalami perubahan dan peralihan sangat pesat terkait perilaku dan sikap yang ditunjukkan. Sikap maupun perilaku yang berubah-ubah ini salah satunya juga terkait dengan konsep diri remaja. Dalam masa perubahan ini biasanya mereka cenderung memiliki konflik dalam dirinya bahkan juga dengan orang lain. Ia merasa bahwa emosinya sangat sulit dikendalikan atau dikatakan dengan istilah labil. Ketika emosi kurang dapat dikendalikan, maka konsep diri negatif pun kadangkala akan tertanam dalam diri remaja itu sendiri.

Jika tidak dikembangkan dan didukung dengan sikap orang tua kepada anak untuk merubah konsep diri negatif ke positif, maka remaja akan memiliki konsep diri negatif di masa dewasanya. Konsep diri remaja bisa juga terpengaruh pada suku dari keluarga individu tersebut. Suku dalam sebuah keluarga memengaruhi nasehat, perhatian, dukungan orang tua, dan lain hal dalam pembentukan konsep diri pada remaja. Dalam keluarga

suku Jawa biasanya remaja dikuatkan konsep dirinya dalam pemberian perhatian, nasehat/*wejangan*, motivasi, dan fasilitas yang cukup minim akan tetapi pemberian beberapa hal tersebut bernilai mahal sebenarnya.

Selain itu, konsep diri remaja pada dasarnya yang terpenting adalah kondisi keluarga yang nyaman untuk remaja. Kenyamanan disini maksudnya adalah orang tua senantiasa memberikan kebahagiaan dan juga berusaha memberikan perhatian dengan mengetahui keadaan apapun yang terjadi pada anaknya. Tidak hanya itu saja, biasanya orang tua juga mengontrol kegiatan anaknya secara langsung maupun tak langsung (Saputri, 2016).

Beberapa hal tersebut pada umumnya dilakukan dan diberikan pada keluarga dengan berlatarbelakang suku apapun. Lalu, beberapa hal yang sudah disebutkan di atas juga dapat memupuk pemikiran positif pada anak dan mengembangkan konsep diri positif pada anak itu sendiri. Konsep diri positif dan perilaku terbuka harus dibiasakan dalam keluarga. Sedangkan pada remaja dengan konsep diri negatif diharapkan untuk berlatih sikap terbuka, menceritakan apa saja yang terjadi padanya, sehingga

orang tua dapat mengontrol apa yang remaja lakukan, dikarenakan masa remaja sangat rentan terlibat dalam permasalahan yakni: kenakalan remaja. Bagi orang tua yang memiliki anak remaja dengan konsep diri positif diharapkan bisa mempertahankan keadaan keluarga yang kondusif untuk mendukung perkembangan konsep diri yang positif dan memberikan penilaian positif, sehingga terbentuk konsep diri yang baik pada remaja.

Bagi orang tua dengan remaja yang memiliki konsep diri negatif dihimbau untuk memberikan dukungan terutama dukungan moral berupa perhatian, motivasi, kasih sayang dan pengarahan pada anak remaja. Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai tambahan informasi agar untuk penelitian selanjutnya secara lebih mendalam, misal: pada remaja awal dengan berbagai tingkatan usia dan status sosial ekonomi keluarga.

Pembentukan konsep diri sangat dipengaruhi oleh lingkungan. Konsep diri juga akan dipelajari melalui kontak diri. Konsep diri merupakan suatu ukuran kualitas yang memungkinkan seseorang dianggap dan dikenali sebagai individu lainnya. Hal ini akan mempengaruhi

kemampuan individu dalam membina hubungan dengan orang lain. *Self esteem* atau penghargaan diri adalah nilai yang oleh seseorang dianggap sebagai keunikan karakteristik, sifat-sifat dan batas-batas seseorang. *Self esteem* mewakili evaluasi dan komponen efektif dari konsep diri dari seseorang. Hal ini menunjuk kepada penilaian kualitatif dan rasa nilai untuk menggambarkan jati dirinya. Jadi konsep diri adalah pencerapan (persepsi) seseorang tentang dirinya dan *self esteem* adalah nilai seseorang terhadap persepsi itu. Harga diri adalah dasar pengalaman hidup seseorang dan merupakan komponen yang mendasari kepribadian yang mempengaruhi hubungan interpersonal serta suasana hati sehari-hari dan kemampuan untuk berfungsi.

Faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri remaja di SMPN 13 Yogyakarta antara lain adalah pola asuh orang tua, teman sebaya, peranan penampilan fisik dan peranan harga diri. Faktor yang paling mempengaruhi konsep diri remaja adalah teman sebaya. Saran bagi orang tua agar lebih meningkatkan perhatian dan memantau pergaulan anak (Kania Saraswatia, Zulpahiyana, &

Arifah, 2016). Hal ini sesuai pendapat yang sudah dijelaskan pada Bab I buku ini bahwa salah satu yang memengaruhi konsep diri adalah interaksi sosial individu dengan lingkungan sosialnya. Kualitas hubungan individu di segala lapisan perkembangan usia akan menjadi tolak ukur tingkat konsep diri seorang individu dari sekarang hingga di masa mendatang. Akan tetapi kualitas konsep diri tersebut dapat berubah seiring dengan perkembangan pergaulan dan/atau interaksi sosial yang dilakukan oleh seorang individu itu sendiri.

C. Permasalahan Konsep Diri Remaja

Merasa ditolak oleh orang lain akan menimbulkan konsep diri rendah, ketidakstabilan emosional dan *unresponsiveness*, dan pandangan negatif dari dunia, sedangkan perasaan diterima oleh orang lain akan mengakibatkan perasaan bahagia, konsep diri yang lebih tinggi, stabilitas emosional dan *responsiveness*, dan pandangan positif dari dunia (Kail, Cavanaugh, 2000). Konsep diri menggambarkan tentang bagaimana diri kita

dalam menguasai bidang akademik, ranah sosial olahraga dan bidang bidang lainnya (Jordan, Porath,2006).

Pentingnya persepsi diri untuk pertumbuhan dan perkembangan anak telah dibuktikan dalam penelitian yang menunjukkan bagaimana konsep diri dapat meningkatkan atau merusak tingkat fungsi kognitif dan kinerja (Santrock, 2008). Harapan seorang anak tentang kemampuan sendiri menentukan perilaku dan mempengaruhi motivasinya, usaha, dan ketekunan mengenai kesulitan tugas.

Penelitian telah jelas menunjukkan betapa pentingnya peran yang dimiliki guru dan seberapa kuat pengaruh terhadap konsep diri yang mereka miliki dalam menciptakan hubungan dengan siswa selama kegiatan sekolah .Proses yang menyebabkan peningkatan atau penurunan konsep diri pelajar diawali dengan interaksi antara guru dan siswa (Schmidt & Cagram, 2008). Konsep diri adalah persepsi diri tentang kekuatan, kelemahan, keadaan pikiran, dan nilai dengan sosial dan interaksi lingkungan.

Perilaku manusia dapat secara substansial dijelaskan oleh konsep diri, yang dipengaruhi identitas diri, penghakiman orang lain dan persepsi sosial dengan orang lain. Selain itu, pendidikan orang tua, kegagalan, depresi dan kritik internal juga mempengaruhi perkembangan konsep diri seseorang (Razali, 2013). Konsep diri dapat dibagi menjadi dua faktor yang berbeda; konsep diri akademik dan non-akademik. Konsep diri akademik adalah persepsi diri dalam kegiatan akademik dalam kaitannya dengan mata pelajaran tertentu, guru dan sekolah sementara konsep diri non-akademik adalah tentang persepsi diri dalam kegiatan non-akademik yang meliputi diri fisik mereka dan hubungan mereka dengan orang tua, teman, dan masyarakat (Marsh,Guay,Boivin,2003).

Kehidupan dan perilaku seorang individu, keberhasilan dan ketidakberhasilan dalam kehidupan, dan kemampuannya menghadapi tantangan dan tekanan kehidupan, sangat dipengaruhi oleh persepsi, konsep, dan evaluasi individu tentang dirinya, termasuk citra yang ia rasakan dari orang lain tentang dirinya, dan tentang akan

menjadi apa ia, yang muncul dari suatu kepribadian yang dinilai dari pengalaman berinteraksi dengan lingkungan. Atau dengan kata lain, kehidupan, perilaku, dan kemampuan individu tersebut dalam kehidupan sangat dipengaruhi dan ditentukan oleh apa yang diistilahkan dengan konsep diri (Rogers, 1961).

Dalam pembentukan konsep diri ini, hal yang juga perlu mendapat perhatian utama adalah konsep diri remaja perempuan dan tentang perempuan. Mengapa perempuan? Dalam kehidupan masyarakat, akibat nilai-nilai yang dikonstruksi dan disosialisasikan masyarakat, perempuan kerap mengalami pandangan yang salah. Mereka mendapat stereotip-stereotip yang cenderung merugikan. Di antara stereotip-stereotip tersebut misalnya anggapan perempuan sebagai makhluk yang lemah (*inferior*), lebih menggunakan emosi daripada rasionya, pelengkap laki-laki, dan lainlain (Deutsch, Hoffman, Wilcox, 2013).

Stereotip ini kemudian berimplikasi pada cara memperlakukan perempuan secara berbeda dengan laki-laki, termasuk dalam pemberian peran kepada mereka.

Perempuan cenderung ditempatkan dalam posisi subordinat. Perempuan kerap mengalami diskriminasi dalam bidang pekerjaan, pendidikan, dan bidang-bidang kehidupan masyarakat lainnya. Nilai gender yang dianut masyarakat yang telah tersistematis dan hegemonik tersebut tentu saja berdampak besar pada konsep diri yang terbentuk dalam diri perempuan (Hensel, Fortenberry, O'Sullivan & Orr, 2011).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa perempuan cenderung mengalami rendahnya rasa percaya diri, kurang mandiri. *honor effect* berupa sindrom takut sukses (*fear of success syndrom*) bila dihadapkan pada kondisi kompetitif dengan kaum laki-laki, dan timbulnya sifat ketergantungan dan minta perlindungan. Perempuan bahkan seolah kurang mengenali siapa dirinya, ke mana arah yang akan mereka tuju dan apa yang dapat mereka perbuat (Alzyoudi, 2007).

Salah satu kendala pada remaja yang mengalami cacat seperti tuna netra dan tuna-rungu memiliki keterbatasan dalam berinteraksi sosial. Mereka cenderung kesulitan mengembangkan konsep diri melalui interaksi sosial yang

terbatas dan jaringan pertemanan yang tidak terlalu luas. Seorang remaja tuna-wicara pun memiliki keterbatasan mengungkapkan berbagai hal kepada teman sehingga ia membutuhkan keahlian bahasa isyarat untuk mengungkapkan maksudnya. Dikarenakan tidak semua orang memahami bahasa isyarat maka lingkup pertemanannya pun juga terbatas. Mereka yang memiliki kekurangan fisik dan kemampuan bersosialisasi akan cenderung terisolasi dan merasa dikucilkan oleh lingkungan sekitarnya karena lingkungan sekitarnya kurang dapat menerima mereka untuk mengembangkan konsep dirinya (Kustikasari, 2017).

Pembentukan konsep diri pada remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Baldwin dan Holmes (Sobur, 2016) faktor yang mempengaruhi pembentukna konsep diri adalah orangtua, teman sebaya, masyarakat dan belajar. Sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Saraswatia dkk (2015) bahwasanya ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi konsep diri pada remaja. Salah satu faktor yang mempengaruhi konsep diri pada remaja adalah orangtua. Dalam penelitian tersebut

menyebutkan bahwa hadirnya orangtua dalam kehidupan remaja akan mempengaruhi seorang anak dalam membentuk dan perkembangan konsep diri anak.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Durado dkk (2013) yang menunjukkan bahwa adanya hubungan yang positif antara dukungan orangtua yang baik dengan konsep diri yang positif pada remaja. Penelitian ini menyebutkan golongan remaja yang tinggal dengan orangtua dan diberikan dukungan yang positif oleh orangtua, maka hal tersebut berkorelasi secara positif terhadap pengembangan konsep diri yang positif terhadap remaja. Sesuai dengan faktor yang disebutkan oleh Baldwin dan Holmes (Sobur, 2016) bahwa orangtua menjadi salah satu faktor dalam pengembangan konsep diri pada remaja. Hal ini menjelaskan bahwa kondisi remaja yang tinggal bersama orangtua memiliki pengembangan konsep diri secara positif. Adapun hasil penelitian yang dilakukan oleh Pardede (2008) menunjukkan bahwa konsep diri yang terbentuk pada remaja anak jalanan adalah konsep diri yang negatif. Hal ini terlihat dari beberapa bagian diri subjek yang sebagian

besar memandang dirinya secara negatif. Hal tersebut juga diakibatkan oleh beberapa faktor yang mempengaruhi pembentukan konsep diri subjek ke arah yang negatif yakni orangtua, teman sebaya, dan masyarakat.

Dalam penelitian ini, subjek mengaku bahwa dirinya sering disebut sebagai anak pembawa masalah oleh orangtuanya, hal tersebut membentuk konsep diri negatif pada diri subjek. Begitu pula dengan perasaan subjek bahwa kedua orangtuanya tidak menyayangi subjek, hal ini menimbulkan konsep diri yang negatif pada subjek. Orangtua adalah kontak sosial paling awal dan paling kuat. Akibatnya, orangtua menjadi sangat penting di mata anak. Apa yang dikomunikasikan orangtua terhadap anak lebih menancap daripada informasi lain yang diterima anak sepanjang hidupnya (Le Roux dan Smith dalam Pardede, 2008). Dari penelitian ini menunjukkan bahwa orangtua menjadi faktor penting dalam pembentukan konsep diri anak (Baldwin dan Holmes dalam Sobur, 2016).

Kehadiran orangtua secara langsung sangat dibutuhkan anak dalam pembentukan konsep diri positif, namun pada kenyataannya banyak orangtua yang tidak dapat memberikan pengasuhan secara langsung kepada anak. Hal ini disebabkan oleh kebanyakan orangtua yang memilih bekerja sebagai TKI. Banyak akibat yang harus diterima oleh anak yang dikarenakan orangtua yang bekerja sebagai TKI. Salah satunya ialah konsep diri. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Nasriati (2013) yang menyebutkan bahwasanya anak yang ditinggal oleh orangtua yang bekerja sebagai TKI memiliki konsep diri yang rendah. Hal ini disebabkan karena tidak adanya kehadiran orangtua dalam pengasuhan sehingga anak tidak memperoleh dukungan dan hubungan yang baik secara emosional.

Berdasarkan dari hasil penelitian Maskhur dkk (2012) remaja dengan orangtua yang bekerja sebagai TKI sudah mengetahui hakikat dari “siapa saya” namun informasi yang lebih lengkap mengenai diri diperoleh remaja secara negatif sehingga dimensi internal diri identitas (Fitts dalam Agustiani, 2009) menunjukkan hasil yang negatif,

seperti subjek yang beranggapan bahwa keluarga yang dimiliki tidak utuh dan tidak sama seperti keluarga yang lain, selain itu subjek juga beranggapan bahwa subjek berasal dari keluarga yang “ganjil” dan “tidak normal”. Hal ini diakibatkan oleh ketidakhadiran orangtua dalam memberikan informasi yang baik bagi remaja. Diri identitas yang negatif tersebut menghasilkan diri pelaku yang negatif pula (Fitts dalam Agustiani, 2009). Hal ini ditunjukkan oleh hasil penelitian Maskhur dkk (2012), dengan perilaku yang menyimpang pada diri remaja seperti salah satu remaja dari subjek penelitian tersebut mentato tangannya dengan getah pohon hingga terluka dan bernanah namun remaja tersebut tidak memiliki penyesalan karena sudah melukai diri yang dapat berakibat fatal bagi hidupnya.

BAB IV

KONSEP DIRI MASA DEWASA DAN ORANG TUA

A. Karakteristik Konsep Diri Masa Dewasa dan Orang Tua

Perkembangan konsep diri dan citra tubuh sangat berkaitan erat dengan pembentukan identitas. Pengamanan dini mempunyai efek penting. Pengalaman yang positif pada masa kanak-kanak memberdayakan remaja untuk merasa baik tentang diri mereka. Pengalaman negatif sebagai anak dapat mengakibatkan konsep diri yang buruk. Mereka mengumpulkan berbagai peran perilaku sejalan dengan mereka menetapkan rasa identitas.

Pada masa dewasa muda perubahan kognitif, sosial dan perilaku terus terjadi sepanjang hidup. Dewasa muda adalah periode untuk memilih. Adalah periode untuk menetapkan tanggung jawab, mencapai kestabilan dalam pekerjaan dan mulai melakukan hubungan erat. Dalam masa ini konsep diri dan citra tubuh menjadi relatif stabil.

Konsep diri dan citra tubuh adalah kreasi sosial, penghargaan dan penerimaan diberikan untuk penampilan normal dan perilaku yang sesuai berdasarkan standar sosial. Konsep diri secara konstan terus berkembang dan dapat diidentifikasi dalam nilai, sikap, dan perasaan tentang diri. Usia dewasa tengah terjadi perubahan fisik seperti penumpukan lemak, kebotakan, rambut memutih dan varises. Tahap perkembangan ini terjadi sebagai akibat perubahan dalam produksi hormonal dan sering penurunan dalam aktivitas mempengaruhi citra tubuh yang selanjutnya dapat mengganggu konsep diri.

Usia pertengahan atau masa dewasa menuju orang tua sering dijadikan waktu untuk mengevaluasi kembali pengalaman hidup dan mendefinisikan kembali tentang diri dalam peran dan nilai hidup. Orang usia dewasa tengah yang menerima usia mereka dan tidak mempunyai keinginan untuk kembali pada masa-masa muda menunjukkan konsep diri yang sehat.

Perubahan konsep diri pada masa lansia atau orang tua sangat signifikan. Perubahan pada lansia tampak sebagai penurunan bertahap struktur dan fungsi. Terjadi

penurunan kekuatan otot dan tonus otot. Konsep diri selama masa lansia dipengaruhi oleh pengalaman sepanjang hidup. Masa lansia adalah waktu dimana orang bercermin pada hidup mereka, meninjau kembali keberhasilan dan kekecewaan dan dengan demikian menciptakan rasa kesatuan dari makna tentang diri makna tentang diri mereka dan dunia membentuk generasi yang lebih muda dalam cara yang positif. Para lansia mengembangkan perasaan telah meninggalkan warisan.

Para lansia cenderung ia sudah memiliki perencanaan masa depan anak-anaknya dan sudah mengakomodasikan kebutuhan anak cucunya kelak dengan warisan yang sudah ia siapkan. Hal ini menjadi salah satu bentuk cerminan konsep diri yang dimiliki para lansia dalam masa perkembangan orang tua. Selain itu, mereka cenderung mengabaikan perkembangan fisik dan sudah meninggalkan pemikiran terkait kebutuhan fisiologis. Kondisi ini menjadikan aspek diri fisik pada individu menurun. Semakin bertambah tuanya individu semakin menurun pula kondisi beberapa aspek dalam konsep dirinya.

B. Konsep Diri Orang Tua

Dalam pembahasan konsep diri orang tua ini pada dasarnya tidak banyak penelitian yang membahasnya. Akan tetapi, hal ini perlu sedikit dibahas agar tidak menjadi suatu kerimpangan dalam suatu pembahasan perkembangan konsep diri segala usia ini. Konsep diri orang tua sama halnya konsep diri pada masa kanak-kanak dan remaja, sama-sama memiliki permasalahan dan memiliki karakteristik konsep diri negatif.

Jika seorang individu yang sudah berusia tua atau 60 tahun ke atas memiliki konsep diri yang negatif maka ia kurang mampu mengarahkan kasih sayangnya kepada orang lain. Sebaliknya, jika orang tua yang memiliki konsep diri positif akan berlaku sebaliknya dan bahkan ia akan cenderung lebih yakin dan optimis dan mengekspresikan kasih sayang ke orang lain bahkan ke anaknya sendiri secara baik.

Hal ini didukung dengan pernyataan orang tua adalah lingkungan sosial pertama anak yang mempunyai peranan sangat penting dalam pembentukan konsep diri positif pada anak. Orang tua yang memiliki konsep diri positif

cenderung memiliki pandangan yang optimis, memiliki kemampuan untuk lebih menerima dan memberi pada orang lain, menunjukkan ekspresi rasa sayang dengan sering memeluk atau memberikan pujian terhadap setiap usaha dan keberhasilan anak, serta mampu menanggulangi masalah bahkan kegagalan dengan jiwa besar. Sementara orang tua yang memiliki konsep diri negatif cenderung tidak dapat mengarahkan kasih sayangnya kepada orang lain, memiliki sikap narsisme dan egois sebagai kompensasi diri yang berlebihan (Hutagalung, 2007).

Konsep diri orang tua, disadari atau tidak, "menular" kepada anak, baik melalui proses meniru ataupun melalui evaluasi yang diberikan orangtua terhadap perilaku anak. Hal ini berkaitan dengan sifat anak, yaitu (1) anak-anak sulit membedakan mana yang baik atau buruk, mana yang pantas ditiru atau diabaikan. (2) Anak-anak tak memiliki selfcensorship dan belum memiliki batasan nilai (Santrock, 2008). Lebih lanjut, proposisi yang dibangun dari teori pembelajaran sosial juga menegaskan bahwa manusia melakukan imitasi dan identifikasi dengan cara

belajar melalui observasi terhadap perilaku orang lain di sekitarnya.

Menurut teori pembelajaran sosial, belajar dilakukan melalui dua bentuk, yaitu (1) imitasi – reproduksi langsung terhadap perilaku yang diamati, (2) identifikasi – bentuk dari imitasi, yaitu mengkopi model, timbul dari keinginan untuk menjadi seperti model yang diamati dengan memperhatikan sejumlah karakteristik dan kualitas yang lebih luas. Imitasi lebih dapat diamati daripada identifikasi, namun identifikasi merupakan efek yang lebih bertahan lama dan signifikan. Teori pembelajaran sosial sekaligus melihat bagaimana imitasi dan identifikasi dapat menjelaskan bagaimana orang belajar melalui observasi terhadap perilaku orang lain di sekitarnya (Bandura, 1994).

Apabila proposisi teori pembelajaran sosial dikaitkan dengan pembentukan konsep diri anak maka dapat ditegaskan bahwa jika anak mendapatkan perlakuan kasar dari orang tua maka anak akan meniru kekasaran yang dilakukan orang tua, dan sebaliknya, tanpa memahami baik atau buruk perilaku yang ditiru. Terkait dengan

konsep diri, banyak orang tua yang belum memahami konsep diri mereka sebagai orang tua. Hal ini bisa dilihat dari tingginya kekerasan orang tua terhadap anak. Menurut KPAI, 73,7% anak Indonesia mengalami kekerasan di rumah. Mirisnya, sebagian besar pelaku kekerasan adalah orang tua. Salah satu kekerasan yang kerap dilakukan orang tua adalah kekerasan verbal yang meliputi; bicara kasar, menghardik, memaki, mengeluarkan kata-kata jorok, maupun menyudutkan anak.

Kekerasan verbal ini akan ditiru dan membentuk perilaku komunikasi anak yang kasar pula. Untuk mengatasi kekerasan verbal yang berpengaruh pada tumbuh kembang anak, dapat dilakukan kegiatan Theraplay sebagai salah satu cara meningkatkan kesehatan mental pada orang tua dan anak terkait perilaku komunikasi sehari-hari. Theraplay adalah suatu bentuk intervensi psikologis bagi anak dan keluarga untuk membentuk dan menguatkan hubungan antara orangtua dan anak, yang menumbuhkan rasa kepercayaan diri, rasa percaya terhadap anggota keluarga satu sama lain, dan

memiliki interaksi yang menyenangkan (Hutagalung, 2008). Theraplay didasari pada bentuk alami interaksi yang sehat dan menyenangkan antara orangtua dan anak, interaksi tersebut juga lekat dan banyak melibatkan kegiatan fisik. Interaksi Theraplay berfokus pada empat kualitas utama yang ditemukan dalam hubungan antara orangtua-anak, yaitu: engagement (ketertarikan), structure (struktur), challenge (tantangan), dan nurturing (kasih sayang) (Hutagalung, 2008).

BAB V

PENDEKATAN KONSELING DALAM MENGEMBANGKAN KONSEP DIRI POSITIF

A. Peran Penting Konsep Diri dalam Kehidupan

Salah satu faktor pendukung kehidupan yang sehat, baik fisik maupun psikologis, ialah konsep diri. Konsep diri erat kaitannya dengan diri individu. Meski tidak langsung nyata begitu individu dilahirkan, tetapi secara bertahap menjadi nyata. Artinya, konsep diri merupakan sesuatu yang dibentuk, bukan ada secara otomatis, seiring dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan individu. Oleh karenanya, pembentukan konsep diri berkaitan erat dengan lingkungan dimana individu hidup dan beraktivitas. Dengan kata lain, lingkungan berpengaruh besar terhadap pembentukan konsep diri.

Apa yang dimaksud dengan konsep diri? Menurut Stuart dan Sundeen (1998) konsep diri adalah semua ide, pikiran, kepercayaan dan pendirian yang diketahui individu tentang dirinya dan mempengaruhi individu dalam berhubungan dengan orang lain. Sementara itu, Beck, Willian dan Rawlin mendefinisikan konsep diri

sebagai cara individu memandang dirinya secara utuh, baik fisikal, emosional intelektual, sosial dan spiritual. Konsep diri juga dapat dipahami sebagai penilaian tentang kepatutan diri pribadi yang dinyatakan dalam sikap, yang dimiliki seseorang mengenai dirinya (Lutan, 2001). Singkatnya, konsep diri adalah bagaimana individu mengetahui dan memandang dirinya dan bertindak sesuai dengan pengetahuan dan pandangannya itu. Menurut Stuart dan Sudeen (1991) membagi konsep diri menjadi beberapa bagian, yaitu sebagai berikut.

1. Gambaran diri (*body/self image*)

Sikap seseorang terhadap dirinya secara sadar dan tidak sadar merupakan gambaran atas diri orang tersebut. Sikap ini mencakup persepsi dan perasaan tentang ukuran, bentuk, fungsi penampilan dan potensi tubuh saat ini dan masa lalu yang secara berkesinambungan dimodifikasi dengan pengalaman baru setiap individu. Sejatinya, sejak lahir individu mengeksplorasi bagian tubuhnya, menerima stimulus dari orang lain, kemudian mulai memanipulasi

lingkungan dan mulai sadar dirinya terpisah dari lingkungan.

Gambaran diri erat kaitannya dengan kepribadian. Tak bisa dipungkiri, cara individu memandang dirinya berdampak penting pada psikologisnya. Setiap individu tentu ingin merasa aman. Ternyata, langkah utama untuk merasa aman secara utuh ialah memandang diri secara utuh yaitu menerima dan mengukur bagian tubuhnya. Sikap ini mampu menghindarkan individu dari rasa cemas dan dapat meningkatkan harga diri. Tentu ada banyak faktor yang mempengaruhi gambaran diri seorang individu atau yang disebut stressor (tekanan), salah satunya ialah feed back (umpan balik) antar pribadi (interpersonal) yang negatif seperti tanggapan balik berupa celaan, makian, labeling. Hal-hal ini mampu membuat seseorang mengkonstruksi gambaran diri yang desktruktif.

2. Ideal diri

Ideal diri adalah persepsi individu tentang bagaimana ia harus berperilaku berdasarkan standar,

aspirasi, tujuan atau penilaian personal tertentu (Stuart dan Sundeen, 1991). Standar dapat berhubungan dengan tipe orang yang akan diinginkan atau aspirasi, cita-cita, nilai-nilai (values) yang ingin dicapai. Ideal diri seorang individu berkembang pada masa kanak-kanak dan dipengaruhi oleh orang yang dianggap penting oleh individu tersebut. Pengaruh ini memberikan keuntungan dan harapan pada masa remaja. Itu sebabnya, kehadiran orang tua, guru, dan teman begitu penting. Namun, yang paling utama adalah orang tua. Apabila orang tua gagal memberikan pengaruh, anak akan menerima pengaruh terhadap ideal dirinya dari pihak lain. Tentu tidaklah menjadi soal manakala pihak yang dijadikan sumber ideal diri anak memiliki pengaruh positif. Namun, masalah tak terelakkan apabila sumber ideal diri cenderung negatif.

3. Harga diri (self esteem)

Ketika seseorang membuat penilaian terhadap dirinya, ia sedang mengukur harga dirinya. Mengapa? Sebab harga diri adalah penilaian pribadi terhadap

hasil yang dicapai dengan menganalisa sejauhmana perilakunya memenuhi ideal diri. Aspek utama pembangunan harga diri adalah rasa cinta atau kasih sayang yang diterima dan penghargaan dari orang lain. Frekuensi rasa cinta atau kasih sayang dan penghargaan diri yang rendah akan menghasilkan harga diri yang rendah. Selain itu, tingkat kegagalan turut mempengaruhi. Seseorang yang sering mengalami kegagalan cenderung memiliki harga diri yang rendah. Sebaliknya, seseorang yang jarang gagal cenderung berharga diri tinggi. Intinya, harga diri yang rendah terkait dengan buruknya hubungan interpersonal. Harga diri sangat rentan pada masa-masa perkembangan anak. Apalagi pada masa remaja. Pada masa ini, anak-anak membutuhkan perhatian ekstra.

4. Peran

Setiap orang, tidak terkecuali anak, diharapkan dapat memberikan perannya, yaitu sikap dan perilaku nilai serta tujuan yang diharapkan dari seseorang berdasarkan posisinya di masyarakat. Peran ini

mengacu kepada peran yang ditetapkan yaitu peran yang menutup kemungkinan terhadap option (pilihan) seseorang, dan peran yang diterima, yaitu peran yang terpilih atau dipilih oleh individu. Peran setiap individu merupakan posisi yang dibutuhkan untuk mengatualisasi diri.

5. Identitas (identity)

Seseorang yang mempunyai perasaan identitas diri yang kuat akan memandang dirinya berbeda dengan orang lain. Identitas adalah kesadaran akan diri sendiri yang bersumber dari observasi dan penilaian yang merupakan sintesa dari semua aspek konsep diri sendiri sebagai satu kesatuan yang utuh. Identitas memungkinkan terbentuknya kemandirian yaitu suatu karakteristik yang timbul dari perasaan berharga, kemampuan dan penyesuaian diri.

Pentingnya konsep diri positif pada anak, berikut ini beberapa hal yang menjelaskan tentang pentingnya konsep diri positif pada anak adalah sebagai berikut.

a. Konsep diri berpengaruh dalam perilaku

Sejatinya, konsep diri merupakan internal frame of reference atau kerangka acuan bagi tingkah laku individu, mengacu pada:

- 1) Berperan penting dalam mempertahankan keselarasan batin (*inner consistency*). Apabila timbul ketidakseimbangan dalam perasaan atau persepsi, akan terjadi situasi psikologis yang tidak menyenangkan.
- 2) Seluruh sikap dan pandangan individu dalam menafsirkan pengalamannya. Orang dengan konsep diri positif cenderung memandang pengalaman negatif dapat membantu ke arah perkembangan yang positif.
- 3) Penentuan pengharapan individu. Harapan merupakan inti dari konsep diri. Anak yang memiliki konsep diri negatif cenderung mudah kehilangan harapan. Putus asa akan menjadi tujuannya. Kita bisa tahu akibat apa yang ditimbulkan: bunuh diri.

b. Konsep diri berperan dalam aktualisasi diri

Anak yang memiliki konsep diri positif memiliki penerimaan diri dan harga diri positif. Hal ini merupakan kunci dari aktualisasi diri. Anak-anak seperti ini menganggap dirinya berharga dan cenderung menerima diri sendiri apa adanya. Tentu saja realitas ini berbeda dengan orang yang memiliki konsep diri negatif dimana mereka cenderung menganggap diri tidak berharga. Akibatnya ada perasaan benci atau penolakan terhadap diri sendiri.

Interaksi dan proses-proses psikologis dalam keluarga merupakan hal-hal penting dalam perkembangan konsep diri anak. Beberapa hal yang perlu diperhatikan, meliputi:

1) Sediakan waktu untuk anak

Tak bisa tidak, salah satu cara yang dapat dilakukan untuk menunjukkan cinta dan sayang kepada anak adalah dengan menghabiskan waktu bersamanya. Dalam kebersamaan ini hindari kritik, menggurui, dan membanding-bandingkannya dengan anak lain. Lebih baik, bicarakan hal-hal yang menjadi kelebihanannya.

2) Budayakan komunikasi terbuka

Komunikasi terbuka artinya mendengarkan anak dengan seksama dan penuh perhatian. Tentu saja hal ini hanya bisa dilakukan sepenuh hati. Komunikasi terbuka juga merupakan salah satu cara untuk menunjukkan bahwa anak dicintai dan dihargai.

3) Dukung potensi dan kemampuan anak

Setiap orang tua perlu menanamkan perasaan mampu melakukan sesuatu. Stimulasi yang bisa digunakan adalah dengan memberikan kesempatan kepada anak untuk mencoba sesuatu hal atau pengalaman yang baru. Bersikap memaksa dan mengkritik kemampuan atau penampilannya harus dihindari.

4) Jangan ragu tunjukkan ekspresi kasih sayang kepada anak

Pelukan, ciuman atau pujian merupakan ekspresi cinta. Jangan lewatkan satu hari pun tanpa melakukannya.

5) Keharmonisan rumah tangga perlu dijaga

Berupayalah sekuat tenaga untuk tidak bertengkar di hadapan anak. Ini merupakan cara terbaik

menanamkan informasi bahwa perbedaan pendapat dapat diselesaikan secara baik.

- 6) Jadilah sahabat bagi anak dalam menyelesaikan masalahnya

Anak tidak mungkin tidak mengalami masalah. Dalam keadaan ini, anak memerlukan dukungan dan bimbingan mengenai alternatif pemecahan masalah. Anak juga akan belajar bahwa setiap masalah pasti ada jalan keluarnya sehingga ia tidak mengenal kata putus asa.

- 7) Berikan pujian

Dengan memberikan pujian berarti anak sementara mendapat kesempatan untuk mengetahui bahwa ia memiliki kemampuan atau kelebihan yang patut dibanggakan. Ingat, jangan terpaku pada hasil, melainkan usahanya.

- 8) Ajari anak berinteraksi

Diterima oleh teman-teman sebaya merupakan hal penting dalam konsep diri anak. Karena itu anak perlu dibekali dengan amunisi dalam bersosialisasi seperti

memperkenalkan diri, menyapa, berterima kasih, meminta maaf ketika salah, dsb.

9) Libatkan anak dalam tugas rutin di rumah

Memberikan tugas rutin kepada anak dapat melatih kemampuannya dan memberinya kesempatan untuk berkontribusi atau melakukan sesuatu bagi keluarga. Tentu tugasnya harus sesuai dengan perkembangan usia dan kemampuannya.

Berdasarkan pembahasan di atas, maka peranan konsep diri dalam kehidupan sangatlah penting. Selain itu, konsep diri tidak hanya dibangun oleh diri individu itu sendiri melainkan juga membutuhkan peran orang lain dalam mencapai konsep diri positif. Peran orang lain tersebut yang paling utama adalah orang tua. Selain itu, jika seorang mengalami gagal bersosialisasi dalam berinteraksi sosial di kehidupannya sehari-hari memungkinkan ia akan memiliki konsep diri negatif. Apakah hal ini dapat diatasi? Masih bisa, dengan cara menambahkan porsi peran keluarga terhadap pengembangan konsep diri positif bagi dirinya dengan beberapa langkah yang perlu diperhatikan di atas. Nah,

selanjutnya perlu diidentifikasi terlebih dahulu konsep diri negatif dan positif itu indikasinya seperti apa yang akan dibahas pada poin di bawah ini.

B. Karakteristik Konsep Diri Positif

Sebelum membahas terkait karakteristik konsep diri positif perlu diketahui terlebih dahulu perkembangan konsep diri pada individu pada umumnya. Menurut Calhoun dan Acocela (Rapsari, 2014) konsep diri bukan merupakan sesuatu yang dibawa sejak lahir, individu tidak memiliki pengetahuan tentang diri sendiri, tidak memiliki harapan terhadap diri sendiri, serta tidak dapat menilai tentang diri sendiri. Seiring dengan berjalannya waktu konsep diri mulai terbentuk dari proses belajar dan melalui pengalaman individu dalam berhubungan dengan orang lain. Setiap interaksi yang terjadi individu akan menerima tanggapan. Tanggapan yang diterima tersebut akan dijadikan cermin bagi individu untuk menilai dan memandang diri sendiri terutama didasarkan pada tanggapan orang yang dianggap penting bagi kehidupan individu tersebut.

Ketika seorang anak memasuki fase remaja, anak akan mengalami berbagai perubahan dalam diri anak. Sikap atau tingkah laku anak yang ditampilkan juga akan mengalami perubahan, dan sebagai akibatnya, sikap orang lain terhadap diri anak juga akan berubah-ubah, menyesuaikan perubahan yang tampil dalam diri anak (Sobur, 2016). Oleh karena itu, dapat dimengerti bahwa konsep diri pada seorang remaja cenderung untuk tidak konsisten, dan hal ini dikarenakan sikap orang lain yang dipersepsikan remaja juga berubah. Akan tetapi, melalui cara ini, remaja mengalami suatu perkembangan konsep diri, sampai akhirnya remaja memiliki konsep diri yang konsisten (Rais dalam Sobur, 2016).

Berikutnya, setelah beberapa pernyataan dari ahli beserta hasil penelitian di atas sudah dipaparkan maka dapat dirumuskan bahwa karakteristik konsep diri yang baik adalah sebagai berikut.

1. Memiliki keyakinan bahwa ia mampu mengatasi masalah.
2. Merasa setara dengan orang lain.

3. Menerima pujian tanpa merasa malu atau bersalah.
4. Menyadari bahwa setiap orang memiliki keinginan, perasaan serta perilakunya yang seluruhnya belum tentu disetujui oleh masyarakat.
5. Mengetahi dan menyadari keterangan-keterangan yang ada dalam dirinya dan berusaha memperbaikinya.

Setelah mengetahui beberapa indikator terkait konsep diri positif di atas, juga memungkinkan masih ada beberapa indikasi orang memiliki konsep diri positif lainnya. Lalu, setelah membahas indikasi konsep diri positif pada penjelasan di atas, perlu kita ketahui juga indikator konsep diri negatif seperti pembahasan di bawah ini.

C. Karakteristik Konsep Diri Negatif

Jika konsep diri memiliki karakteristik konsep diri positif, maka konsep diri juga memiliki indikasi konsep diri negatif. Individu yang memiliki konsep diri positif memiliki keleluasaan untuk mengaktualisasikan pengalamannya bahkan tanpa takut terhadap ancaman

sekitar. Ancaman tersebut dapat menimbulkan kecemasan berlebih dari dalam diri individu. Jika kecemasan tersebut terlalu berlebihan akan melemahkan juga fungsi dalam diri individu termasuk konsep diri. Konsep diri yang akan tercermin dari dalam diri individu menjadi konsep diri negatif. Konsep diri negatif memiliki karakteristik sebagai berikut.

1. Peka terkait kritik lingkungan sekitar. Ia cenderung menerima kritik daripada mengedepankan dirinya. Hal ini akan melancarkan niat orang lain untuk menjatuhkan dirinya atas apapun pencapaian individu tersebut. Terkadang seorang individu seperti keras kepala dan bahkan ia lebih mendengarkan penilaian orang lain daripada prinsip hidupnya sendiri. Apalagi ia cenderung tidak mau mempertahankan pendapat maupun prinsip pribadinya, maka hal ini akan membuatnya keliru dan memiliki salah satu kriteria konsep diri negatif yang membawa sebuah logika individu itu keliru.
2. Responsif terhadap pujian dari orang lain. Ia lebih antusias terhadap ujian orang lain sedangkan dirinya

sendiri lebih memiliki prioritas terhadap nilai dirinya sendiri tanpa harus mengedepankan pujian dari orang lain pun sudah berkembang.

3. Kritis yang berlebihan terhadap tanggapan orang lain terhadap dirinya. Hal ini menjadikan pemikiran negatif terhadap celaan dan/atau kritik orang lain terhadap dirinya menjadi bahan pertimbangan terdepan dalam berperilaku selama ia berinteraksi dengan lingkungannya.
4. Merasa bahwa dirinya tidak disenangi orang lain. Jika ia melihat dari kacamataanya, orang lain selalu membencinya dan bahkan muncul sebagai musuh dalam hidupnya. Hal ini bisa dikarenakan ia merasa kurang diperhatikan dalam hidupnya selama berinteraksi dengan orang lain tersebut sehingga individu tersebut merasa dirinya menjadi korban dalam sistem sosial yang tidak adil.
5. Pesimis dan memiliki daya kompetitif rendah. Ia merasa dirinya tidak memiliki daya apapun untuk lebih unggul daripada orang lain, sehingga ia merasa

rendah diri karena tidak memiliki kemampuan dalam bersaing.

Pengetahuan individu dengan konsep diri negatif mengenai dirinya sendiri tidaklah banyak. Lebih rinci, Erickson melihat 2 jenis konsep diri negatif disini, yaitu 9 : 1) Pandangan seseorang mengenai dirinya sendiri yang tidak teratur. Tidak memiliki perasaan kestabilan dan keutuhan diri. Dia benarbenar tidak tahu siapa dirinya, serta kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya atau apa yang ia hargai dalam hidupnya. Untuk masa transisi dari peran anak ke peran dewasa, hal ini lumrah terjadi, namun tidak halnya pada individu yang telah menginjak usia dewasa, karena hal ini suatu tanda ketidakmampuan menyesuaikan diri. 2) Tipe kedua dari konsep diri negatif adalah kebalikan dari tipe yang pertama. Konsep diri pada tipe kedua ini terlalu stabil dan terlalu teratur, bisa dikatakan kaku. Bisa jadi karena didikan orang tua yang terlalu keras.

D. Implikasi Konsep Diri dalam Pendidikan

Menurut Mead (Sobur, 2016) dalam bukunya “*Man, Mind, and Society*”, menulis bahwa konsep diri merupakan produk sosial yang terbentuk melalui proses internalisasi dan organisasi pengalaman-pengalaman psikologis. Pengalaman-pengalaman psikologis ini merupakan hasil eksplorasi individu terhadap lingkungan fisik dan refleksi dari diri yang diterima dari orang-orang penting (*significant other*) di sekitar diri individu. Menurut Sobur (2016) saat masih kecil orang penting yang ada disekitar anak adalah orangtua dan saudara-saudara yang tinggal di bawah satu atap. Dari *significant other* lah secara berlahan-lahan individu membentuk konsep diri. Segala sanjungan, senyuman, pujian, dan penghargaan akan menyebabkan penilaian positif terhadap diri anak.

Sebaliknya, ejekan, cemoohan, dan hardikan akan menyebabkan penilaian yang negatif terhadap diri anak. Dalam hubungan ini, Sullivan menjelaskan bahwa jika individu diterima orang lain, dihormati, disenangi karena keadaan individu sendiri, individu akan bersifat menghormati dan menerima diri. Sebaliknya, jika orang

lain selalu meremehkan, menyalahkan, dan menolak individu, maka individu tidak akan menyenangi diri sendiri (McCandless dalam Sobur, 2016).

Konsep diri adalah bagian terpenting dalam kehidupan. Tanpa adanya konsep diri, peserta didik cenderung tidak memiliki penghargaan terhadap dirinya bahkan hingga kehilangan *self esteem* terhadap dirinya sendiri. Citra diri yang rendah menjadikan seorang individu terhambat dalam mengaktualisasikan dirinya juga. Hal ini menjadi masalah dalam pendidikan yang harus ditangani segera.

Sebagaimana telah dijelaskan sebelumnya bahwa konsep diri merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan psikososial peserta didik. Konsep diri memengaruhi perilaku peserta didik dan akan mempunyai hubungan yang sangat menentukan proses pendidikan dan prestasi belajar peserta didik. Berikut ini adalah beberapa strategi yang mungkin dapat dilakukan guru dalam mengembangkan dan meningkatkan konsep diri peserta didik.

1. Membuat siswa merasa mendapat dukungan dari guru. Dukungan dari guru dapat ditunjukkan dalam bentuk dukungan emosional (*emotional support*), seperti ungkapan empati, kepedulian, perhatian, dan umpan balik, dan dapat pula berupa dukungan penghargaan (*esteem support*), seperti melalui ungkapan hormat (penghargaan) positif terhadap siswa, dorongan untuk maju atau persetujuan dengan gagasan dan perbandingan positif antara satu siswa dengan siswa lainnya.
2. Membuat siswa merasa bertanggung jawab. Memberi kesempatan kepada siswa untuk membuat keputusan sendiri atas perilakunya dapat diartikan sebagai upaya guru untuk memberi tanggung jawab kepada siswa. Tanggung jawab ini akan mengarahkan sikap positif siswa terhadap diri sendiri, hal ini juga menunjukkan adanya penghargaan guru terhadap perilaku siswa, sehingga siswa merasa dirinya mempunyai peranan dan diikutsertakan dalam kegiatan pendidikan.
3. Membuat siswa merasa mampu. Guru harus berpandangan bahwa semua siswa pada dasarnya

memiliki kemampuan, hanya saja mungkin belum dikembangkan. Dengan sikap dan pandangan positif terhadap kemampuan siswa ini, maka siswa juga akan berpandangan positif terhadap kemampuan dirinya.

4. Mengarahkan siswa untuk mencapai tujuan yang realistis. Dalam upaya guru agar meningkatkan konsep diri siswa harus membentuk siswa untuk menetapkan tujuan yang hendak dicapai serealistis mungkin, yakni tujuan yang sesuai dengan kemampuan yang dimiliki siswa tersebut. Penetapan tujuan yang realistis ini dapat dilakukan dengan mengacu pada pencapaian prestasi di masa lampau, sehingga siswa akan terbantu untuk bersikap positif terhadap kemampuan dirinya sendiri.
5. Membantu siswa menilai diri mereka secara realistis. Guru perlu membantu siswa menilai prestasi mereka secara realistis, karena cenderung siswa yang pada saat mengalami kegagalan akan menilai dirinya secara negatif, dengan memandang dirinya sebagai orang yang tidak memiliki kemampuan. Salah satu cara membantu siswa menilai diri mereka secara realistis

adalah dengan membandingkan prestasi siswa pada masa lampau dan prestasi siswa saat ini agar dapat membangkitkan motivasi, minat, dan sikap siswa terhadap seluruh tugas di sekolah.

6. Mendorong siswa agar bangga dengan dirinya secara realistis. Guru semestinya membantu dalam mengembangkan konsep diri siswa agar bangga dengan prestasi yang telah dicapainya. Ini penting, karena perasaan bangga atas prestasi yang dicapai merupakan salah satu kunci untuk menjadi individu yang lebih positif dalam memandang kemampuan yang dimiliki.

Beberapa strategi dalam pengembangan konsep diri dalam konteks pendidikan di atas menunjukkan bahwa guru atau pendidik dituntut mampu memberikan dukungan selama pembelajaran berlangsung pada anak. Selain itu, pendidik perlu memberikan gambaran realistis terkait kehidupan pembelajaran dan tanggung jawab siswa selama pembelajaran berlangsung. Beberapa hal tersebut yang menjadi pembiasaan dalam proses mendidik untuk mengembangkan konsep diri siswa.

E. Pendekatan Konseling untuk Mengembangkan Konsep Diri Positif

Dalam mengembangkan konsep diri positif dapat ditempuh dengan berbagai pendekatan dalam konseling. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan dalam mengembangkan konsep diri positif seorang individu adalah konseling Rational Emotif Terapi (RET). Konseling ini sudah pernah disosialisasikan kepada mahasiswa calon konselor melalui “Modul Saku Konseling Rational Emotif Terapi” (Hartanti & Marfu’i, 2020). Konseling ini diketahui dapat mengembangkan konsep diri positif pada remaja korban bullying (Hartanti, 2020). Selain itu, konsep diri individu yang netral pun dapat dikembangkan menjadi konsep diri positif berdasarkan penelitian yang dilakukan pada berbagai fakultas di salah satu universitas di kota Surabaya (Hartanti, Jahju & Marfu’i, 2019).

Hasil penelitian tersebut cukup memuaskan bahwa dari seribu lebih mahasiswa yang diukur konsep dirinya kurang lebih 97% memiliki konsep diri netral dan positif. 3% sisanya memiliki konsep diri negatif. Berdasarkan

hasil tersebut, maka pengarang buku ini sekaligus peneliti mengembangkan modul saku untuk mengembangkan potensi mahasiswa Bimbingan dan Konseling dengan melakukan pelatihan dan sosialisasi modul saku tersebut pada calon konselor. Dalam kegiatan ini diikuti mahasiswa yang berada pada tingkat akhir yang sedang akan menjalani skripsi sekaligus kegiatan ini diberikan untuk pembekalan kompetensi calon konselor untuk pengembangan konsep diri remaja.

Pengembangan konsep diri positif pada remaja ini dilakukan dengan melakukan teknik emotif pada konseling Rational Emotif Terapi (RET). Hasil dari penelitian tersebut secara ringkas yakni remaja yang memiliki konsep diri negatif setelah menerima konseling RET ia mampu mengembangkan konsep diri positif. Pengembangan konsep diri positif dapat juga dilakukan dengan teknik REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*). Kedua konseling tersebut hampir sama, hanya saja perbedaannya RET berbasis kognitif sedangkan REBT berbasis behavior atau perilaku.

BAB V

PENGUKURAN KONSEP DIRI

A. Pengembangan Kisi-kisi Skala Konsep Diri

Berdasarkan dari definisi konsep diri itu sendiri yang dibahas pada bab I dalam buku ini bahwa konsep diri adalah salah satu sikap dalam diri individu. Jika konsep diri merupakan sikap, maka konsep diri dapat diukur dengan instrumen berupa skala. Mengapa demikian? Karena skala psikologis digunakan untuk mengukur kemampuan non-kognitif pada individu dan jawaban yang ditunjukkan oleh individu terhadap alat ukur yang digunakan tidak ada jawaban yang salah, melainkan semua jawaban dari individu adalah benar.

Sebelum menulis item untuk mengukur konsep diri, terlebih dahulu peneliti perlu menyusun kisi-kisi instrumen skala konsep diri. Kisi-kisi skala biasanya disusun berdasar teori dari variabel yaitu konsep diri. Teori aspek yang digunakan adalah konsep diri memiliki aspek yang menjadi komponen dari konsep diri secara rinci dijabarkan oleh William H. Fitts (1971) menjadi lima kategori sebagai berikut.

1. Diri fisik, yang merupakan pandangan individu terhadap kondisi fisik yang dimilikinya yang terkait juga dengan kondisi kesehatan, penampilan diri dan kondisi motoriknya. Misalkan seorang individu itu menganggap dirinya pendek, kurang cantik, dan bahkan tidak menarik jika dipandang orang lain. Hal ini terkait dengan diri fisik dalam konsep diri.
2. Diri keluarga, yang menjadi pandangan atau penilaian individu terhadap kedudukannya dalam keluarga. Dalam aspek ini membahas mengenai adekuat seorang individu dalam suatu keluarga sebagai salah satu anggota keluarganya.
3. Diri pribadi, adalah kemampuan individu untuk menggambarkan identitas dirinya sendiri baik berupa perasaan maupun persepsi terhadap kepribadiannya. Hal ini tidak dipengaruhi oleh kondisi fisik maupun interaksi dengan orang lain, melainkan terkait sejauh mana individu merasa puas terhadap dirinya sendiri sebagai pribadi yang tepat.

4. Diri moral-etik, yang merupakan persepsi individu terhadap dirinya yang dinilai dari pertimbangan pencerminan nilai moral dan etika dirinya. Hal ini terkait dengan persepsi seseorang terhadap hubungannya dengan Tuhan-nya, kepuasan seseorang terhadap keyakinan yang dianutnya, lalu kehidupan beragama dan membedakan batasan baik buruk dalam dirinya.
5. Diri sosial, terkait bagaimana individu melakukan interaksi sosial yang dimana bagian indi adalah penilaian orang lain terhadap dirinya terkait dengan kualitas interaksi interpersonal dengan lingkungan sekitarnya (Agustiani, 2006).

Teori yang dilibatkan dalam penyusunan kisi-kisi konsep diri ini terutama adalah aspek dan indikator dari konsep diri itu sendiri yang diisikan dalam tabel di bawah ini.

Tabel 1. Kisi-kisi Skala Konsep Diri

Variabel	Aspek	Indikator	No Item	
			Favora ble (+)	Unfavor able (-)
Konsep Diri	Diri Fisik	1. Kondisi Kesehatan	1,2,3	4,5
		2. Penampilan Diri	6,7	8,9
		3. Kondisi Motorik	10,11	12
	Diri Keluarga	1. Peran dalam keluarga	13,14	15
		2. Posisi dalam keluarga	16,17	18,19
	Diri Pribadi	1. Identitas diri 2. Komunikasi intrapersonal	20 22,23	21 24,25
Diri Moral-Etik	1. Pencerminan nilai moral dan etika	26, 27	28, 29	
	2. Keyakinan yang dianut	30,31	32	
Diri Sosial	1. Interaksi sosial	33,34	35,36	

		2. Komunikasi interpersonal	37	38,39
Jumlah Item			21	18

B. Instrumen Skala Konsep Diri

Instrumen yang digunakan dalam mengukur konsep diri yang paling sesuai adalah skala psikologis. Penyusunan skala psikologis tidak luput dari penjabaran teori dari konsep itu sendiri dan juga dalam penulisan itemnya merupakan langkah lanjutan dari pengembangan kisi-kisi skala konsep diri. Sebelum menuliskan item, sebaiknya peneliti yang akan menyusun instrumen wajib mengembangkan kisi-kisi skalanya terlebih dahulu. Kisi-kisi skala konsep diri sudah direpresentasikan pada poin A. Dalam bagian ini langsung saja menuliskan item untuk mengukur konsep diri.

Skala ini sebagai salah satu rekomendasi saja untuk pengukuran konsep diri yang dapat dilakukan pada remaja (siswa SMP-SMA). Jika Anda ingin mengukur konsep diri pada usia kanak-kanak ataupun orang tua, dapat dilakukan secara kualitatif menggunakan lembar

observasi maupun wawancara. Mengapa demikian? Dalam usia kanak-kanak mungkin ada beberapa siswa yang masih kesulitan mengisi skala atau menjawab pernyataan yang tertulis dalam skala konsep diri dan bahkan pemahaman terhadap item yang disajikan pasti akan berbeda-beda. Sedangkan pada orang tua, mereka cenderung akan memiliki daya tarik rendah untuk membaca item-item dalam skala konsep diri. Beberapa fakta tersebut menjadikan peneliti biasanya memutuskan menggunakan skala konsep diri untuk mengukur konsep diri pada usia remaja hingga dewasa saja.

Di bawah ini adalah contoh bentuk skala konsep diri yang digunakan untuk mengukur konsep diri pada usia remaja. Dalam alternatif jawaban diberikan keterangan sebagai berikut.

- SS = Sangat Sesuai
- S = Sesuai
- TS = Tidak Sesuai
- STS = Sangat Tidak Sesuai

SKALA KONSEP DIRI

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Memperhatikan kesehatan secara rutin.				
2	Kondisi kesehatan saya selalu baik.				
3	Menyadari bahwa menjaga kesehatan sangat penting.				
4	Saya kurang yakin bahwa saya sehat fisik.				
5	Panik dengan kondisi kesehatan saya.				
6	Penampilan saya cukup menarik.				
7	Merasa percaya diri dengan penampilan saya.				
8	Minder menunjukkan diri saya di depan orang lain.				
9	Penampilan saya tidak meyakinkan.				
10	Gerak tubuh saya seimbang.				
11	Saya adalah anak yang aktif dalam setiap kegiatan.				
12	Gerak tubuh saya seringkali lamban.				

13	Saya selalu menyadari peran saya dalam keluarga.				
14	Saya bagian terpenting dalam keluarga saya.				
15	Peran saya dalam keluarga terlalu dihiraukan.				
16	Saya adalah salah satu cucu kesayangan.				
17	Saya adalah anak kesayangan di rumah.				
18	Saya merasa bukan siapa-siapa dalam keluarga saya.				
19	Kakak/adik saya lebih penting di dalam keluarga daripada kehadiran saya.				
20	Saya mengenali karakter diri saya.				
21	Saya belum menemukan jati diri saya.				
22	Sering menilai diri sendiri.				
23	Memahami kekurangan dalam diri sendiri.				
24	Tidak membutuhkan penilaian orang lain.				
25	Menghiraukan penilaian apapun terhadap diri saya.				

26	Selalu mengetahui batasan dalam berteman.				
27	Berbicara sopan di depan semua orang.				
28	Kurang santun pada orang lain apalagi seumuran.				
29	Berpakaian kurang rapi kadang-kadang.				
30	Rajin beribadah.				
31	Percaya bahwa kekuatan terbesar berasal dari Tuhan YME.				
32	Faktor keberuntungan sering berpihak pada saya.				
33	Bertegur sapa dengan siapapun yang saya temui.				
34	Menyapa terlebih dahulu orang yang belum dikenal.				
35	Enggan mengenal orang baru.				
36	Sulit beradaptasi di lingkungan baru.				
37	Mau mengenal orang lain dengan segala karakteristiknya.				
38	Tidak mau mendapat komentar dan saran dari orang lain.				
39	Penilaian dari teman bagi saya tidak penting.				

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, H. (2006). *Psikologi Perkembangan : Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri pada Remaja*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya
- Burn, Robert. (1982). *Self-Concept Development and Education*. London :Holt, Rinehart and Wiston
- Bandura, A. (1994). *Self Efficacy*. In V. S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior* (Vol. 4, 77-81). New York: Academic Press
- Berzonsky, M.D. (1981). *Adolescent Development*. New York : McMilan Publishing, Co. Inc.
- Calhoun, J.F. dan Acocella, J.R. (1990). *Psikologi tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*. Alih bahasa : Satmoko. Semarang : IKIP Semarang Press
- Cavanagh, J.C. (2004). *Human Development A Life-Span View (3rd Edition)*. USA : Wadsworth.
- Deutch, A, R,. Hoffman, L,. Wilcox, B, L,. (2013). Sexual Self-Concept: Testing a Hypothetical Model for Men and Women. *Journal of Sex Research*, 1-14.
- Durado, A. A., et.al. (2013). *Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Konsep Diri pada Remaja di SMA Negeri 1 Manado*. *Ejournal Keperawatan*, Volume 1 No. 1

- Fitts, W.H. (1971). *The Self Concept and The Self Actualization*, Los Angeles : Western Psychological Service
- Hall, C.S. Lindzey, G. (1993). *Teori-teori Holistik (Organistik-Fenomenologi)*. Editor : Dr. A. Supratiknya. Yogyakarta : Kanisius
- Hartanti, Jahju & Marfu'i, L. N. (2019). Profil Konsep Diri Mahasiswa Universitas PGRI Adi Buana Surabaya (UNIPA). *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Terapan*, 03(01), 63–69.
- Hartanti, J. (2020). Rational Emotive Therapy (RET) Counseling as a Curative Effort for Negative Self-Concept of Bullying Victims. *International Journal of Research and Review*, 7(September), 202–208.
- Hartanti, J., Nindi, L., & Marfu'i, R. (2020). The Development and Implementation of “ Modul Saku ” Rational Emotive Therapy (RET) for Guidance and Counseling Students, 7(September), 194–201.
- Hensel, D, j., Fortenberry, J, D. Sullivan, L, F., & Donald, P. (2011). The Developmental association of Sexual Self Concept with Sexual Behaviour Among Adolescence Women. *Journal adolescence*, 34(4), 675-684

- Hurlock, E.B. (1990). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan dalam Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga
- Hutagalung, I. (2008). Sosialisasi Pembentukan Konsep Diri Orang Tua Melalui Theraplay. *Universitas Dr Moestopo (Beragama)*, (1), 38–42.
- Jordan, E, A., Porath, M, J. (2006). *Educational Psychology A Problem Based Approach*. Pearson education Inc. USA. P (152-156)
- Kania Saraswatia, G., Zulpahiyana, Z., & Arifah, S. (2016). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri Remaja di SMPN 13 Yogyakarta. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 3(1), 33. [https://doi.org/10.21927/jnki.2015.3\(1\).33-38](https://doi.org/10.21927/jnki.2015.3(1).33-38)
- Kline, W. B. (1990). Responding to problem members. *Journal for Specialists in Group Work*, 15(4), 195–200
- Kustikasari, E. (2017). *Analisis Konsep Diri Anak Usia 5-6 Tahun di TK Islamiyah Pontianak Tenggara. PG-PAUD Universitas Tanjungpura*. Universitas Tanjungpura. <https://doi.org/DOI>:
- Maccoby, E.E. (1980) *Social Development : Psychological Growth and The Parent-child Relationship*. USA : Harcout Brace Jovanovich

- Marsh, H. W., Boivin, M., Guay, F. (2003). Academic Self Concept and Academic Achievement: Developmental Perspectives on Their Causal Ordering. *Journal of Educational Psychology*, 95(1), 124-136. DOI: 10.1037/0022-0663-95-1-124.
- Mc Devitt, Teresa, M., and Ormrod, J. E. (2002). *Child Development and Education*. New Jersey : Pearson Education, Inc.
- Olson, H. M & Hergenhahn, B.R. (2013). *Teori Kepribadian. Edisi ke Delapan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Otani, A. (1989). Client resistance in counseling: Its theoretical rationale and taxonomic classification. *Journal of Counseling and Development*, 67, 458–461.
- Pardede, Y.O.K. (2008). Konsep Diri Anak Jalanan Usia Remaja. *Jurnal Psikologi*. Vol.1, No.2, Juni 2008, h.146-151.
- Rakhmat, Jalaludin. (2002). *Psikologi Komunikasi*. Edisi Revisi. Bandung : Remaja Rosdakarya
- Razali, A., Razali, N.A. 2013. Parent-Child Communication and Self Concept among Malays Adolescence. *Asian Social Science* Vol. 9 No. 11: 189-200

- Rogers, Carl. (1961). *On Becoming a Person*. USA : Constable and Co Limited.
- Saputri, M. E. & M. (2016). Pembentukan Konsep Diri Remaja pada Keluarga Jawa yang Beragama Islam. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 4(1), 64–75.
- Saraswatia, G. K., Zulpahiyana, & Arifah, S. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri remaja di SMPN 13 Yogyakarta. *Keperawatan dan Kebidanan Indonesia* , 33-38.
- Schmidt, M., Cagram, B. (2008). Self Concept of Student in Inclusive Settings. *International Journal of Special Education*, 23(1), 8-17.
- Stuart & Sundeen. (2005). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*, Jakarta.
- Stuart & Sundeen. (1998). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*, Jakarta.
- Santrock, J.W. (2008). *Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta : Erlangga
- _____. (1995). *Life Span Development Edisi Kelima*. Jakarta : Erlangga
- Sobur, Alex. (2016). *Psikologi Umum*. Bandung : Pustaka Setia
- Song, L.S. & Hattie, J. (1982). Home Environment, Self Concept and Academic, Achievement a Causal

Modelling Approach. *Journal of Educational Psychology*, 76, 1269-1281

Zahra, I. Q. A., Sundari, N., & Suratno, T. (2016). Identifikasi konsep diri anak usia dini pada kegiatan menggambar di TK Aisyiyah 1 Seragen. *Infantia*, 4(2).