

ANALISIS KONSEP DIRI RENDAH PADA PESERTA DIDIK SMP NEGERI 7 SUNGAI RAYA

Pariana, Luhur Wicaksono, Yuline

Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Untan Pontianak

Email: yn.pariana@gmail.com

Abstract

This study aims to obtain an overview of the characteristics of students who have a low self-concept, the factors that cause students who have low self-concept, the role of parents in increasing positive self-concept, the efforts that have been made by the Guidance and Counseling teacher to students who have self-concept. at SMPN 7 Sungai Raya. The research method used is descriptive with a survey research form. This research uses a qualitative approach. The subjects in this study were three students along with their close friends and counseling teachers. Data collection techniques used questionnaires and interviews. Based on the results of the research that has been done, the characteristics of children who have a low self-concept are irritable, difficult to accept input from others and difficult to interact. The factors that cause students to have a low self-concept are less relationship with classmates, less widespread friends, lack of communication with parents. The role of parents in increasing positive self-concept is caring for children, providing solutions when children share problems, inviting socializing. Efforts made by counseling teachers in dealing with low self-concept in students are individual counseling, group guidance, home visits.

Keywords: *Concept of inferiority*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan biologis dan psikologis. Remaja saat ini kurang memahami tentang dirinya, kemampuan, harga diri dan lain-lain. Dalam kehidupan sehari-hari remaja harus menstruktur diri bagaimana tugas-tugas perkembangannya. Pada saat ini masih banyak remaja yang berpandangan rendah terhadap dirinya. Cara memahami dan mengetahui diri sendiri disebut konsep diri.

Menurut Hurlock (dalam Novilita, H & Suharnan 2013, h.623) mengemukakan bahwa konsep diri memiliki 2 aspek sebagai berikut: (1) Fisik. Aspek fisik terdapat dari konsep yang dimiliki individu tentang penampilan, kesesuaian dengan jenis kelamin, arti penting tubuh dalam hubungan dengan perilaku, dan perasaan gensi

di hadapan orang lain yang disebabkan oleh keadaan fisiknya. (2) Psikologis. Aspek psikologis terdiri dari konsep individu tentang harga diri dan hubungannya dengan orang lain, serta kemampuan dan ketidakmampuan.

Konsep diri yang dimiliki oleh peserta didik tergantung pada cara bagaimana peserta didik tersebut memandang dirinya. Terbentuknya konsep diri melalui bagaimana orang lain menilai diri kita dan bagaimana cara kita menilai diri kita sendiri. Menurut Atwater (dalam Desmita 2014, h.163) menjelaskan bahwa "Konsep diri adalah keseluruhan gambaran diri, yang meliputi persepsi seseorang tentang diri, keyakinan, perasaan, dan nilai-nilai yang berhubungan dengan tentang dirinya".

Setiap peserta didik pasti memiliki konsep diri baik itu positif atau negatif. Peserta didik yang memiliki konsep diri positif dapat mengenal serta memahami dirinya sendiri

sehingga dapat berperilaku efektif dalam berbagai situasi dan akan memiliki dorongan mandiri lebih baik. Sependapat dengan apa yang dikemukakan menurut (Rakhmat 2018, h.104) menyatakan bahwa individu yang memiliki konsep diri positif akan mampu bertindak berdasarkan penilaian yang baik, memiliki keyakinan pada kemampuannya mengatasi persoalan, merasa dirinya sama dengan orang lain, serta bisa menerima dirinya sendiri.

Konsep diri rendah adalah peserta didik yang memiliki konsep diri negatif yang berpandangan bahwa dirinya tidak memiliki apa-apa. Menurut Burns (dalam Astuti 2014, h.33) konsep diri negatif merupakan evaluasi diri negatif, membenci diri, perasaan rendah diri, serta kurang menghargai dan menerima diri. Konsep diri negatif merupakan peserta didik yang menilai bahwa dirinya kurang dibandingkan orang lain maka peserta didik tersebut memiliki konsep diri rendah yang dapat dilihat melalui perilaku pada peserta didik tersebut. Peserta didik yang memiliki konsep diri negatif menganggap, menilai, dan merasakan dirinya sendiri buruk dibanding orang lain.

Semakin rendah atau negatif konsep diri, maka akan semakin sulit seseorang untuk berhasil. Karena, dengan konsep diri yang rendah/negatif akan mengakibatkan tumbuh rasa tidak percaya diri, takut gagal sehingga tidak berani untuk mencoba hal yang baru dan menantang, menganggap diri paling kurang, pesimis, rendah diri, merasa diri tidak berguna, serta berbagai perasaan dan perilaku interior lainnya. Konsep diri bukan hanya sekedar gambaran deskriptif, tetapi bagaimana penilaian individu mengenai dirinya sendiri. Oleh karena itu, Anita Taylor et al. (dalam Rakhmat 2014, h.123) mendefinisikan konsep diri sebagai "*All you think and feel about you, the entire complex of beliefs and attitudes you hold about your self*".

Pada kenyataannya berdasarkan observasi yang peneliti lakukan mendapatkan data yaitu pada kelas VIII E di SMP Negeri 7 Sungai Raya. Konsep diri peserta didik masih tergolong kurang dan dari hasil wawancara yang dilakukan kepada guru Bimbingan dan Konseling bahwa ada beberapa peserta didik yang ditemukan merasa dirinya kurang dibandingkan teman sekitarnya dan mengatakan tidak mampu bersaing, tidak percaya diri dan

menganggap bahwa dirinya kurang. Selain itu hal tersebut dapat menyebabkan peserta didik tidak betah berada dalam ruangan. Peserta didik juga terpengaruh oleh perkataan orang lain yang menganggap bahwa dirinya kurang dalam hal akademik dan sosial. Penelitian ini dilakukan karena melihat beberapa peserta didik dengan 60-69% dengan presentase rendah yang tidak mampu berpikir positif dan tidak mengenal dirinya sendiri seperti apa perannya sebagai peserta didik. Berdasarkan paparan latar belakang penelitian tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Analisis Konsep Diri Rendah Pada Peserta Didik SMP Negeri 7 Sungai Raya".

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan penelitian dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. (Arikunto 2014, h.26) mengemukakan bahwa "Penelitian deskriptif dimaksudkan untuk mengumpulkan informasi atau data tentang fenomena yang diteliti, misalnya kondisi sesuatu atau kejadian yang disertai dengan informasi tentang faktor penyebab sehingga muncul kejadian yang dideskripsikan secara rinci, urut dan jujur".

Bentuk penelitian yang digunakan adalah survei (Survey). Dikatakan demikian agar diperoleh hasil penelitian yang sesuai dengan harapan. (Nawawi 2015, h.68) mengungkapkan bahwa penelitian deskriptif memiliki tiga bentuk, yaitu (a) Survei (*survey study*), (b) Studi Hubungan (*interrelation study*), (c) Studi Perkembangan (*developmental study*).

Subjek penelitian dengan presentase terendah yang diketahui dari penyebaran angket pra survey yaitu HF (65%), MH (66%), dan RA (67%) dari kelas VIII E.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik pengumpulan data komunikasi tidak langsung dan komunikasi langsung. Nawawi (2015:100) membagi enam teknik pengumpulan data yaitu (a) Teknik Observasi Langsung, (b) Teknik Observasi Tak Langsung, (c) Teknik Komunikasi Langsung, (d) Teknik Komunikasi Tidak Langsung, (e) Teknik Pengukuran, (f) Teknik Dokumentasi. Alat yang digunakan ada lembar angket dan panduan wawancara. Untuk mengetahui standar keabsahan data peneliti menggunakan metode triangulasi, yaitu triangulasi sumber, triangulasi teknik, triangulasi waktu. Untuk menghitung hasil

angket pra riset dalam penelitian ini menggunakan rumus presentase. Aritonang (dalam Musrifah 2019, h.52)

$$X\% = \frac{n}{N} \times 100$$

X% = Persentase yang dicapai

n = Skor aktual

N = Skor maksimal

Tabel 1. Tolak Ukur

Kategori	Presentase
80%-100%	Tinggi
70%-79%	Sedang
60%-69%	Rendah
0-59%	Sangat Rendah

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN Hasil

Sebelum proses penelitian dimulai peneliti terlebih dahulu melihat lingkungan lokasi yang akan dijadikan tempat untuk penelitian agar penelitian berjalan dengan lancar dan tertib. Selama proses penelitian, peneliti mendahulukan kebutuhan dan kondisi responden seperti memperhatikan kesiapannya agar penelitian dapat berjalan dengan lancar tanpa ada paksaan dari siapapun dan memperhatikan fisiknya agar penelitian berjalan lancar dan informasi yang dijalankan akurat. Proses penelitian data yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Hasil Wawancara

Dari hasil wawancara peneliti lakukan terhadap narasumber HF yaitu subjek HF lebih sering mudah tersinggung ketika orang menyampaikan tentang dirinya serta sulit menerima kritikan dari orang lain dan cenderung tidak bisa mengungkapkan kelebihan orang lain. Ketika ada orang disekitarnya berhasil HF mudah sekali tidak percaya diri untuk berusaha. HF merasa cemas ketika orang lain berhasil karena merasa dirinya gagal. HF memandang dirinya kurang sedangkan orang lain selalu berhasil. HF merasa orang disekitarnya hanya sedikit yang menyukai dirinya dan sikap temannya kurang baik terhadapnya. Ketika ingin mengikuti kompetisi dan bersaing terhadap orang lain dia merasa pesimis dan tidak percaya diri terlebih dahulu sehingga sulit untuk mengikuti persaingan tersebut. HF mengatakan belum pernah ikut karena belum berani untuk mengikutinya.

HF mengatakan hubungan dengan orang tuanya baik-baik saja tetapi orang tuanya cukup sibuk untuk berada dirumah sehingga kurangnya komunikasi dan HF pun lebih suka main diluar rumah. Orang tua HF kadang datang ke sekolah, kalau ada hal lain guru BK menghubungi lewat telpon. Hubungan dengan teman di kelas berteman hanya dengan 1 orang saja itu pun dengan teman sebangku, oleh karena itu HF kurang bersosialisasi dan suka menyendiri.

Sumber HF mengatakan kadang orang tuanya peduli dengan masalahnya dan kadang juga tidak. Orang tua HF bisa memberikan solusi ketika HF berbagi masalah. HF jarang ikut dengan orang tuanya untuk bertemu dan berkomunikasi dengan orang banyak.

Guru BK pernah melakukan konseling individual dan pernah melakukan bimbingan kelompok.

Dari hasil wawancara peneliti lakukan terhadap MH yaitu subjek MH mudah tersinggung ketika dikomentari mengenai penampilannya. MH ini suka mengkritik orang lain dan dengan orang tertentu saja namun tidak bisa mengungkapkan kelebihannya. Ketika menerima kritikan untuk dirinya sendiri dia merasa gelisah atas apa yang telah disampaikan orang lain dan sulit untuk melakukannya. Saat ada orang lain yang berhasil MH merasa pesimis dan tidak percaya diri sedangkan MH merasa cemas ketika tidak berhasil karena merasa gagal dan kurang bisa untuk mengungkapkan kelebihan orang lain karena kadang sulit untuk melihat kekurangannya. MH merasa dirinya tidak memiliki apa-apa. Dia merasa teman sekitarnya tidak menyukainya dan merasa sikap temannya yang kurang baik terhadap dirinya serta perasaan temannya yang kurang suka berteman dengannya. MH kurang berani untuk bersaing dengan orang lain karena ia merasa orang lain memiliki kelebihan dibandingkan dirinya. Oleh karena itu MH belum pernah ikut kompetisi karena rasa tidak percaya dirinya.

Hubungan MH dengan orang tua baik-baik saja dan orang tua MH kadang datang ke sekolah dan jika tidak bisa datang orang tuanya memberi kabar kepada guru BK. Hubungan MH dengan teman di kelas baik baik saja walaupun hanya berteman dengan 1 orang saja. MH kurang bersosialisasi dengan lingkungan sekitar karena dia orangnya pendiam. Ketika guru memberikan Pekerjaan Rumah (PR) dia tidak

tepat waktu mengumpulkan dan kadang setelah diminta baru mengumpulkan.

Subjek MH mengatakan orang tuanya peduli saat MH mempunyai masalah dan orang tuanya juga kadang bisa memberikan solusi dan kadang hanya didengar saja saat MH berbagi masalah. Orang tua MH sering mengajak untuk bersosialisasi dengan lingkungan sekitar dan berkomunikasi dengan orang banyak tetapi MH sulit untuk ikut.

Subjek MH mengatakan guru BK pernah melakukan konseling individual dan sering melakukan bimbingan kelompok.

Dari hasil wawancara peneliti lakukan terhadap RA yaitu subjek RA mudah tersinggung ketika orang lain membicarakan kekurangannya didepan orang banyak, dia kadang suka mengkritik orang tertentu serta kurang menyukai dan tidak bisa menerima kritikan dari orang lain apalagi masalah pribadi pada dirinya. Dia juga tidak bisa mengkritik kelebihan yang dimiliki orang lain. Merasa senang ketika orang lain berhasil tetapi cenderung pesimis terhadap kekurangan yang dimilikinya dan selalu memandang dirinya kurang dibandingkan orang lain. Ketika tidak berhasil dia merasa cemas dan menganggap dirinya gagal. Subjek RA masih berfikir bahwa dirinya kurang bagus dibanding orang lain. Sehingga RA merasa orang disekitar kurang menyukainya dan membuat dirinya untuk berteman dengan beberapa orang saja dengan sikap temannya yang dia merasa bahwa ada yang menyukai dan ada juga tidak. RA kurang aktif untuk mengikuti kompetisi dan juga belum pernah ikut serta belum berani untuk percaya diri.

Subjek RA mengatakan bahwa masih ada yang kurang pada fisiknya tetapi lebih dominan ke mental karena masih belum bisa menghadapi masalah. RA mengatakan bahwa hubungan dengan orang tua baik-baik saja tidak ada pertengkaran antara orang tua dan anak. Orang tua RA terkadang datang ke sekolah, jika pun tidak orang tuanya memberi tahu kepada guru BK. Sedangkan hubungan di kelas kadang-kadang baik dan kadang juga tidak serta berteman hanya dengan 3 orang yang paling dekat. Subjek RA kurang mudah untuk bersosialisasi pada lingkungan sekitar.

Subjek RA mengatakan orang tuanya tidak peduli terhadap masalah yang dialami karena dia merasa setiap masalah yang dialami

ditanggung jawabkan sendiri tanpa membebankan orang tua. Orang tua RA kadang memberikan solusi dan saran atas masalah yang dialami ketika orang tuanya tidak sibuk. Orang tua mengajak sosialisasi dengan lingkungan sekitar atau berkomunikasi dengan orang banyak pada saat ada waktu saja.

Subjek RA mengatakan guru BK pernah melakukan konseling individual dan sering melakukan bimbingan kelompok.

Nurhalimah mengatakan bahwa telah melakukan penanganan secara langsung mengenai konsep diri rendah yang dimiliki peserta didik dengan melakukan konseling individual dan *home visit*. Berdasarkan wawancara dengan Nurhalimah faktor yang menyebabkan peserta didik memiliki konsep diri rendah adalah faktor internal dan eksternal yang mana faktor internal berupa wawasan pada peserta didik yang masih kurang terhadap dirinya dan faktor eksternal berupa peran dan perhatian orang tua yang masih kurang terhadap anak, lingkungan sekitar yaitu teman karena interaksi seseorang dan orang lain dapat membentuk konsep diri seseorang.

Nurhalimah mengatakan terdapat dampak yang mempengaruhi konsep diri rendah pada peserta didik berupa belajar kurang maksimal, kurang mampu bersosialisasi dan berinteraksi pada lingkungan sekitar, nilai menurun, kurangnya komunikasi dengan orang tua, dan tidak bisa berbicara didepan kelas. Penyebab terbentuknya konsep diri rendah pada peserta didik adalah karena kurangnya pemahaman pada diri peserta didik. Terkait peserta didik yang memiliki konsep diri rendah pihak sekolah melakukan pemanggilan terhadap orang tua dengan melakukan konsultasi dan kerjasama agar peserta didik lebih baik. Untuk masalah ini guru BK melakukan konseling individual dan bimbingan kelompok serta pernah melakukan kunjungan rumah mengenai dampak yang ditimbulkan berupa nilai tidak maksimal serta kurangnya aktif di sekolah dan kehadiran yang kurang.

Sejauh ini terhadap perkembangan yang dilakukan yaitu meningkat dari perilaku sebelumnya diantaranya komunikasi menjadi lebih meningkat antara peserta didik dan temannya dan antara lingkungan disekitarnya, meningkatkan kerja sama, bisa bicara didepan kelas dan meningkatkan percaya diri melalui persentasi kelompok.

Subjek HF itu baik namun hanya berteman dengan 1 orang saja karena dia orangnya pendiam dan berteman hanya dengan yang disukainya. HF takut untuk mencoba, takut gagal dan tidak percaya diri. HF tidak bisa mengungkapkan kelebihan orang lain dan tidak bisa menerima kritikan serta saran dari orang lain, kadang orang lain memberikan saran hanya didengar tetapi tidak dilakukan. Ketika pembelajaran berlangsung dan melakukan tanya jawab HF tidak bisa menjawab dan tidak bisa bicara didepan kelas. HF belum pernah mengikuti kompetisi karena dirinya yang tidak percaya diri serta takut untuk mencoba. Dalam pembelajaran HF juga kurang semangat untuk belajar dapat dilihat ketika guru mata pelajaran memberikan PR dia tidak mengerjakan.

HF tidak bisa berinteraksi serta bersosialisasi dengan orang lain dan tidak aktif di kelas. Orang tua HF pernah dipanggil ke sekolah untuk menangani masalah yang ada pada diri HF.

Subjek MH orangnya pemalu yang membuatnya tidak berani untuk bicara didepan kelas dan memuatnya sulit berteman dengan semua orang. Dia merasa dirinya kurang dibandingkan teman disekitarnya. MH tidak bisa mengungkapkan kelebihan orang lain karena dia pemalu dan kurang percaya diri serta takut untuk mencoba. MH juga cenderung kurang aktif dalam kegiatan belajar dan pembelajaran tetapi ketika ditanya dia bisa menjawab, ketika tidak bisa berhasil dia takut untuk mencoba. Di lingkungan sekolah dia juga memilih-milih dalam berteman dan hanya berteman dengan 1 orang saja. Ketika mengikuti kompetisi cenderung tidak percaya diri untuk mengikutinya.

Subjek MH kurang baik terhadap lingkungan sekitarnya, teman disekitarnya kurang peduli ketika tidak bisa berbicara didepan kelas yang lain tidak peduli dan merespon

Subjek RA orangnya pendiam dan kadang suka menyendiri ketika ada masalah oleh karena itu membuatnya sulit berinteraksi dengan teman disekitarnya. RA berpikir negatif terhadap dirinya karena dia selalu berpandangan rendah terhadap dirinya bahwa dia itu tidak bisa dan tidak percaya diri. RA cenderung sulit dekat dengan selain teman yang sudah cocok dengan dirinya. Sikap yang timbul ketika melihat orang lain berhasil membuat semangatnya menurun. RA cenderung tidak bisa mengungkapkan

kelebihan orang lain dan kadang bisa menerima kritik dan saran kadang juga tidak.

Subjek RA sulit bergaul dengan teman disekitarnya dan berteman hanya dengan orang tertentu yang menurutnya cocok dan nyaman dengannya. RA belum pernah ikut kompetisi karena sikapnya yang tidak percaya diri, dia tidak aktif di kelas hanya saja ketika guru memberikan pertanyaan dia bisa menjawab. Hubungan dengan teman sekitarnya kurang baik karena kurangnya interaksi dan kurang pedulinya teman disekitar. Ketika guru memberika PR juga kadang mengerjakan kadang tidak. Semangatnya kadang turun dan kadang juga naik, itulah yang membuatnya sulit untuk mencoba hal baru dan hal yang sulit baginya.

Dari hasil wawancara yang peneliti lakukan terhadap narasumber DS orang tua HF. DS mengatakan HF sering marah saat orang tua memberi tahu tentang apa yang berkenaan tentang dirinya. Saat orang tua menyampaikan tentang dirinya kadang hanya didengar saja dan tidak untuk dilakukan. Faktor penyebab HF memiliki konsep diri rendah karena teman yang tidak memberi dorongan terhadapnya sehingga membuatnya sulit untuk berkembang. HF juga orangnya tidak percaya diri sehingga sulit mengikuti kompetisi karena selalu merasa malu. DS mengatakan hubungannya dengan HF kurang karena lemahnya komunikasi antara orang tua dan anak, hal ini dikarenakan jaranganya orang tua berada dirumah. Orang tua HF mengatakan belum ada mengapresiasi atas hasil kerja keras anak karena ketidak dekatannya serta belum maksimal memberikan perhatian lebih terhadap anak. Orang tua HF juga belum maksimal untuk mengajak anak bersosialisai serta mengatakan baru 2 kali saja mengajak anak ikut dengannya.

Dari hasil wawancara yang peneliti lakukan terhadap narasumber ST orang tua MH. ST mengatakan sikap MH selalu diam dan hanya didengarkan saja ketika orang tua mengkritik dirinya. Sikap MH ketika orang tua menyampaikan tentang dirinya tidak lakukan bahkan langsung pergi, dia mengatakan berat untuk melakukan hal baru. Orang tua MH mengatakan faktor penyebab MH memiliki konsep diri rendah karena selalu pesimis untuk mencoba dan tidak berani bersaing dengan orang yang lebih baik darinya serta kurangnya kedekatan orang tua dan anak. Orang tua MH

berada di rumah pada saat libur saja. Orang tua MH belum maksimal memberikan perhatian lebih pada anak terlihat dari ketika anak ingin berbagi masalah orang tua tidak ada dirumah. Orang tua MH tidak terlalu sering mengajak anak untuk bersosialisasi atau bertemu dengan banyak orang karena anak tidak mudah untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru serta anak yang sulit untuk diajak.

Dari hasil wawancara yang peneliti lakukan terhadap narasumber A orang tua RA. Orang tua RA mengatakan RA selalu mengeluh saat mendengar temannya membicarakan kegagalan tentangnya karena orangnya mudah tersinggung. Ketika orang lain berhasil RA tidak terlalu menanggapi dan tidak mengambil peduli karena dia menganggap hal tersebut adalah keberhasilan yang biasa saja. A mengatakan faktor penyebab anak memiliki konsep diri rendah karena pergaulan dan kurangnya motivasi untuk belajar serta hubungan yang kurang dekat antara orang tua dan anak karena orang tua yang jarang dirumah serta kurangnya apresiasi atas hasil kerja keras anak. Orang tua RA mengatakan ketika dia ingin bercerita tentang masalah yang dialaminya A masih belum bisa meluangkan banyak waktu dan mengajak A untuk berpergian keluar rumah bersama.

Pembahasan

Karakteristik peserta didik yang memiliki konsep diri rendah. Hasil wawancara dan angket mengindikasikan bahwa anak yang memiliki konsep diri rendah berinisial HF memiliki karakteristik mudah tersinggung ketika orang lain berpendapat terhadap dirinya serta cenderung tidak percaya diri untuk memulai hal baru dan takut untuk mencoba sehingga membuatnya sulit untuk berteman dengan banyak orang. Hal ini sesuai dengan pendapat (Subaryana 2015, h.24) mengemukakan pendapat salah satu ciri-ciri orang yang memiliki konsep diri rendah adalah tidak tahan terhadap tekanan.

Hasil wawancara dan angket mengindikasikan bahwa anak yang memiliki konsep diri rendah berinisial MH memiliki karakteristik sulit untuk menerima masukan dari orang lain terutama perbaikan untuk dirinya dan tidak mudah untuk melakukannya. Hal ini sesuai dengan pendapat (Subaryana 2015, h.24) mengemukakan pendapat salah satu ciri-ciri

orang yang memiliki konsep diri rendah adalah tidak tahan terhadap kritik.

Hasil wawancara dan angket mengindikasikan bahwa anak yang memiliki konsep diri rendah berinisial RA memiliki karakteristik sulit untuk mengungkapkan kelebihan dan cenderung meremehkan orang lain serta ketika orang lain berhasil membuat dirinya merasa pesimis. Hal ini sesuai dengan pendapat Brooks dan Emert (dalam Rakhmat 2011, h.103) mengemukakan pendapat salah satu karakteristik orang yang memiliki konsep diri rendah adalah meremehkan apapun dan siapapun dan untuk mengungkapkan penghargaan atau pengakuan terhadap kelebihan orang lain tidak sanggup.

Faktor yang mempengaruhi konsep diri rendah pada peserta didik. Hasil wawancara dan angket mengindikasikan bahwa anak yang memiliki konsep diri rendah berinisial HF yang menjadi faktor penyebab HF memiliki konsep diri rendah karena faktor internal dan eksternal. Adapun karena faktor internalnya yaitu HF kurang memahami dan mengenal diri sendiri sehingga membuatnya tidak percaya diri. Faktor eksternal yang terjadi karena berteman hanya dengan 1 orang dan lemahnya komunikasi dan pengawasan dari orang tua. Hal ini sesuai dengan pendapat menurut (Nirwana 2013, h.158) Anak yang dibesarkan dalam cemoohan dan tidak pernah dipuji maka akan tercipta rasa tidak percaya diri yang rendah dan mereka tidak bisa menghargai diri sendiri.

Hasil wawancara dan angket mengindikasikan bahwa anak yang memiliki konsep diri rendah berinisial MH yang menjadi faktor penyebab MH memiliki konsep diri rendah karena faktor internal dan eksternal. Adapun faktor internalnya yaitu selalu merasa dirinya gagal dan kurang dibandingkan orang lain hal ini dikarenakan pemikiran pesimis sehingga membuatnya takut untuk mencoba dan bersaing. Faktor eksternal yang terjadi karena sulit bergaul dengan orang yang tidak disukai serta orang tua yang jarang dirumah.

Hasil wawancara dan angket mengindikasikan bahwa anak yang memiliki konsep diri rendah berinisial MH yang menjadi faktor penyebab MH memiliki konsep diri rendah karena faktor internal dan eksternal. Adapun faktor internalnya yaitu pemikiran yang tidak percaya diri dan merasa cemas ketika tidak berhasil serta membuatnya takut untuk

mencoba. Adapun faktor eksternal yakni sulitnya berteman dengan yang selain kelompoknya dan cenderung berteman berkelompok saja serta kurangnya komunikasi dan kedekatan dengan orang tua. Hal ini sesuai dengan pendapat Hidayati & Utamadi (dalam Irawan S 2017, h.41) Konsep diri yang negatif dapat menyebabkan ketidakpercayaan diri sehingga merasa bahwa seseorang tidak dapat mencapai sesuatu apapun yang berharga dalam hidupnya.

Peran orang tua dalam meningkatkan konsep diri positif pada peserta didik. Hasil wawancara dan angket mengindikasikan orang tua HF kadang peduli dan kadang tidak saat anak memiliki masalah serta mengajak untuk bersosialisasi dengan lingkungan sekitar hanya saja HF jarang ikut dengan orang tuanya. Orang tua MH kadang-kadang peduli saat MH cerita tentang masalahnya dan hanya didengar saja, orang tua MH juga sering mengajak sosialisasi dengan lingkungan sekitar tetapi MH sulit untuk ikut. Orang tua RA memberikan solusi dan saran atas masalah yang dialaminya ketika tidak sibuk saja dan mengajak bersosialisasi dan berkomunikasi dengan orang banyak ketika saat waktu libur saja.

Hal ini sesuai dengan pendapat menurut Hurlock (dalam Nirwana 2013, h.157) sikap orang tua mempengaruhi cara mereka memperlakukan anak dan perlakuan mereka terhadap anak juga akan mempengaruhi sikap anak terhadap perilaku mereka, karena pada dasarnya hubungan orang tua dan anak itu sangat dekat sehingga sikap dan perilaku anak tergantung pada bagaimana perlakuan orang tua.

Upaya yang dilakukan guru BK dalam mengatasi rendahnya konsep diri rendah pada peserta didik. Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan salah satu guru BK yang ada di SMP Negeri 7 Sungai Raya, upaya yang dilakukan guru BK mengatasi rendahnya konsep diri rendah pada peserta didik yaitu dengan memanggil peserta didik ke ruang BK melakukan konseling individual untuk melihat keadaan secara langsung serta bertemu secara tatap muka mengajak peserta didik menceritakan hal-hal yang dialaminya, selain itu guru BK melakukan bimbingan kelompok dengan membentuk kerja kelompok agar peserta didik dapat berinteraksi dengan teman sekitar dan lingkungannya serta meningkatkan rasa percaya diri. Guru BK melakukan *home visit* bertemu secara langsung kepada orang tua

peserta didik untuk melakukan sosialisasi serta penugasan secara langsung yang diberikan kepada peserta didik agar orang tua lebih dekat kepada anak dan mempererat komunikasi kemudian melakukan pemanggilan orang tua peserta didik yang memiliki konsep diri rendah untuk membicarakan sekaligus mencari alternatif mengenai rendahnya konsep diri pada anak.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah peneliti lakukan, maka dapat ditarik kesimpulan umum bahwa analisis konsep diri rendah pada peserta didik SMP Negeri 7 Sungai Raya berdasarkan karakteristik peserta didik yang memiliki konsep diri rendah yaitu mudah tersinggung, sulit menerima masukan dari orang lain, sulit berinteraksi. Faktor peserta didik yang memiliki konsep diri rendah karena memandang kurang terhadap dirinya, teman yang kurang meluas, kurangnya komunikasi dengan orang tua. Peran orang tua dalam meningkatkan konsep diri positif adalah peduli terhadap anak, memberi solusi saat anak berbagi masalah, mengajak bersosialisasi.

Upaya yang dilakukan guru BK dalam mengatasi rendahnya konsep diri rendah pada peserta didik yaitu melakukan konseling individual untuk menggali apa yang dialami peserta didik, melakukan bimbingan kelompok berupa membentuk kerja kelompok agar bisa membuatnya berinteraksi dengan teman serta lingkungan sekitar dan meningkatkan rasa percaya diri, pemanggilan orang tua dengan melakukan konsultasi dan kerjasama agar peserta didik menjadi lebih baik, melakukan *home visit* dengan upaya meminta orang tua agar lebih dekat kepada anaknya tidak mendiamkan dan lebih mempererat komunikasi antara orang tua dan anak.

Saran

Melihat peserta didik yang memiliki konsep diri rendah pada peserta didik SMP Negeri 7 Sungai Raya dengan berbagai faktor internal dan eksternal serta dampak yang dialaminya, maka diharapkan: (1) Hendaknya peserta didik yang memiliki konsep diri rendah dapat membangun rasa percaya diri dan mengenal dirinya. (2) Hendaknya peserta didik yang memiliki konsep diri rendah dapat terbuka

dan bergaul dengan siapa saja. (3) Hendaknya peserta didik yang memiliki konsep diri rendah dapat menerima saran dari orang lain untuk refleksi diri sendiri. (4) Hendaknya peserta didik yang memiliki konsep diri rendah memberanikan diri untuk mencoo hal baru dan hal yang tidak mereka bisa serta membuang rasa takut pada dirinya. (5) Diharapkan orang tua mengambil peran dalam meningkatkan konsep diri rendah anak karena orang tua adalah orang yang terdekat dengan anak dengan selalu menjalin komunikasi dengan erat kepada anak. (6) Hendaknya guru BK mampu berkomunikasi secara intensif terhadap peserta didik yang memiliki konsep diri rendah, agar peserta didik secara terbuka menceritakan masalah yang ada pada dirinya.

DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, Suharsimi.** (2014). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Dan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astuti, R. D.** (2014). *Identifikasi Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri Siswa Sekolah Dasar Negeri Mendungan 1 Yogyakarta*. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Desmita.** (2014). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Irawan, S.** (2017). Pengaruh Konsep Diri Terhadap Komunikasi Interpersonal Mahasiswa. *Scholaria, Vo. 7 No 1*, Januari 2017: 39-48
- Musrifah.** (2019). *Analisis Tentang Peserta Didik yang Berkepribadian Introvet pada Kelas X Jurusan Pemasaran SMK Negeri 3 Pontianak*. Pontianak. *Skripsi*.
- Nawawi, Hadari.** (2015). *Metode Penelitian Bidang Sosial*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Nirwana.** (2013) Konsep Diri, Pola Asuh Orang Tua Demokratis dan Keperayaan Diri Siswa. *Jurnal Psikologi Indonesia, Vol 2, No. 2*, hal 153-161
- Novilita, H & Suharnan.** (2013). Konsep Diri Adversity Quotient dan Kemandirian Belajar Siswa. *Jurnal Psikologi*. Vol 8 No.1, April 2013: 619-632
- Rakhmat, Jalaluddin.** (2018). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media
- Subaryana.** (2015). Konsep Diri dan Prestasi Belajar. *Jurnal Dinamika Pendidikan Dasar*. Vol 7, No. 2, September 2015: 21-30