

Keterbatasan Peran Orang Tua dan Penguatan *Self-Esteem* Siswa Melalui Layanan BK

Najwa Shinta Tarinda¹

Universitas Nusantara PGRI Kediri¹

najwashtarinda@gmail.com¹

ABSTRACT

Limited parental attention is one condition that can affect students' psychological development, particularly in the formation of self-esteem. Students who receive limited emotional support from their families often show uncertainty about their abilities, feel less valued, and experience difficulty expressing confidence in social and academic settings. This article aims to discuss the relationship between limited parental attention and students' self-esteem, as well as to explain the role of guidance and counseling services in strengthening students' self-worth at school. The discussion shows that guidance and counseling services hold an important position as a safe, open, and structured support system for students. School counselors can help students recognize their personal strengths, manage negative emotions, develop the courage to express opinions, and build self-confidence through individual counseling, personal-social guidance, and communication with relevant parties. Thus, guidance and counseling services do not only function as a response to student problems, but also serve as a preventive and developmental effort to help students form a positive evaluation of themselves.

Keywords: *parental attention, self-esteem, students, guidance and counseling services, guidance and counseling teachers*

ABSTRAK

Keterbatasan perhatian orang tua menjadi salah satu kondisi yang dapat memengaruhi perkembangan psikologis siswa, terutama dalam pembentukan *self-esteem*. Siswa yang kurang memperoleh dukungan emosional dari keluarga cenderung mengalami keraguan terhadap kemampuan diri, merasa kurang dihargai, dan kesulitan menampilkan keberanian dalam lingkungan sosial maupun akademik. Artikel ini bertujuan untuk membahas hubungan antara keterbatasan perhatian orang tua dengan kondisi *self-esteem* siswa serta menjelaskan peran layanan bimbingan dan konseling dalam membantu penguatan harga diri siswa di sekolah. Pembahasan menunjukkan bahwa layanan BK memiliki posisi penting sebagai ruang pendampingan yang aman, terbuka, dan terarah bagi siswa. Guru BK dapat membantu siswa mengenali potensi diri, mengelola perasaan negatif, membangun keberanian berpendapat, serta mengembangkan sikap percaya diri melalui konseling individual, bimbingan pribadi sosial, dan komunikasi dengan pihak terkait. Dengan demikian, layanan BK tidak hanya berfungsi sebagai penanganan masalah, tetapi juga sebagai upaya preventif dan pengembangan diri agar siswa mampu membangun penilaian positif terhadap dirinya.

Kata Kunci: *perhatian orang tua, self-esteem, siswa, layanan bimbingan dan konseling, guru bk*

PENDAHULUAN

Self-esteem merupakan aspek penting dalam perkembangan peserta didik karena berkaitan dengan cara siswa menilai, menerima, dan menghargai dirinya. Rosenberg (1965) menjelaskan *self-esteem* sebagai sikap positif atau negatif individu terhadap dirinya sendiri. Dalam konteks sekolah, *self-esteem*

tidak hanya terlihat dari rasa percaya diri, tetapi juga dari keberanian siswa untuk berpendapat, berinteraksi, menerima kekurangan, dan menampilkan potensi yang dimiliki. Oleh karena itu, pembahasan mengenai *self-esteem* menjadi penting karena berkaitan langsung dengan kesiapan siswa dalam menjalani tugas perkembangan pribadi, sosial, dan akademik

Salah satu faktor yang dapat memengaruhi *self-esteem* siswa adalah perhatian orang tua. Perhatian orang tua tidak hanya berbentuk pemenuhan kebutuhan materi, tetapi juga hadir melalui komunikasi, dukungan emosional, dukungan, arahan, penerimaan, dan keterlibatan dalam kehidupan anak. Chentsova Dutton dkk. (2020) menunjukkan bahwa dukungan orang tua memiliki hubungan dengan keyakinan diri positif pada remaja. Hal ini sejalan dengan Krauss dkk. (2020) yang menempatkan lingkungan keluarga sebagai salah satu konteks yang berkaitan dengan perkembangan *self-esteem* sejak akhir masa anak-anak hingga remaja.

Permasalahan muncul ketika siswa mengalami keterbatasan dari perhatian orang tua, kondisi ini dapat terjadi karena orang tua sibuk bekerja, memiliki keterbatasan waktu, atau kurang mampu membangun komunikasi emosional dengan anak. Siswa yang kurang memperoleh perhatian cenderung merasa tidak cukup didengar, kurang dihargai, dan ragu terhadap kemampuan dirinya. Jika kondisi tersebut tidak mendapat pendampingan, siswa dapat mengalami hambatan dalam mengekspresikan pendapat, menjalin hubungan sosial, serta menumbuhkan keberanian dalam proses belajar.

Pada titik ini, layanan bimbingan dan konseling memiliki posisi penting di sekolah. Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014 menjelaskan bahwa layanan BK bertujuan membantu peserta didik mencapai perkembangan pribadi, sosial, belajar, perbaikan, dan pengembangan diri siswa. ASCA (2023) juga menegaskan bahwa konselor sekolah berperan dalam mendukung perkembangan akademik, karir, serta sosial-emosional siswa. Dengan demikian, guru BK dapat menjadi pihak yang membantu siswa memahami dirinya, mengelola perasaan negatif, dan membangun penilaian diri yang lebih sehat.

Oleh karena itu, artikel ini membahas keterbatasan perhatian orang tua dan penguatan *self-esteem* siswa melalui layanan BK. Topik ini penting dikaji karena sekolah tidak hanya berfungsi sebagai tempat pembelajaran akademik, tetapi juga sebagai ruang pendampingan perkembangan psikologis siswa. Artikel ini bertujuan untuk menjelaskan antara kurangnya perhatian orang tua dengan kondisi *self-esteem* siswa serta menggambarkan peran layanan BK dalam membantu siswa membangun penerimaan diri, kepercayaan diri, dan keberanian sosial.

PEMBAHASAN

Keterbatasan perhatian orang tua menjadi persoalan yang penting dibahas karena keluarga merupakan lingkungan pertama yang membentuk

pengalaman emosional anak. Anak pertama kali belajar tentang penerimaan, penghargaan, kepercayaan dan rasa aman melalui interaksi dengan orang tua. Ketika interaksi tersebut berjalan baik, anak lebih mudah membangun pandangan positif terhadap dirinya. Namun sifat sebaliknya akan muncul jika perhatian orang tua sangat terbatas, kondisi ini dapat memengaruhi perkembangan *self-esteem* siswa terutama pada masa remaja yang sedang dalam tahap pencari jati diri. Rosenberg (1965) menjelaskan bahwa *self-esteem* merupakan sikap individu terhadap dirinya sendiri, baik dalam bentuk penilaian positif maupun negatif. Oleh karena itu, *self-esteem* tidak hanya berkaitan dengan rasa percaya diri, tetapi dengan cara siswa menerima, menghargai, dan memandang nilai dirinya.

Perhatian orang tua tidak dapat dipahami hanya sebagai pemenuhan kebutuhan materi, perhatian juga mencakup kedekatan emosional, komunikasi, pemberian dukungan, penghargaan terhadap usaha anak, serta keterlibatan orang tua dalam perkembangan pendidikan dan sosial anak. Dalam kehidupan sehari-hari, beberapa orang tua mungkin telah memenuhi kebutuhan sekolah dan ekonomi anak, tetapi belum tentu hadir secara emosional. Kesibukan bekerja, tekanan ekonomi, jarak komunikasi, atau kurangnya kebiasaan berdialog membuat hubungan orang tua dan anak menjadi kurang dekat. Keadaan ini dapat membuat siswa merasa sendirian ketika menghadapi masalah pribadi maupun masalah sekolah. Coopersmith (1976) menegaskan bahwa penerimaan, penghargaan dan pola asuh yang menungging memiliki hubungan dengan pembentukan *self-esteem* anak. Dengan demikian, keterbatasan perhatian orang tua dapat menjadi salah satu faktor yang melemahkan penilaian positif siswa terhadap dirinya.

Dampak keterbatasan perhatian orang tua terhadap *self-esteem* siswa dapat terlihat dalam perilaku di sekolah. Siswa yang memiliki *self-esteem* rendah cenderung mudah ragu, takut salah, kurang berani menyampaikan pendapat, dan merasa dirinya tidak lebih baik dari teman-temannya. Mereka juga dapat menunjukkan sikap pasif dalam pembelajaran, menghindari interaksi sosial, atau merasa tidak percaya diri ketika diminta tampil di depan kelas. Kondisi ini bukan hanya berdampak pada aspek psikologis, tetapi juga dapat memengaruhi proses belajar siswa dan hubungan sosial siswa.

Keterbatasan perhatian orang tua tidak selalu secara langsung menyebabkan rendahnya *self-esteem* pada semua siswa, setiap siswa memiliki kondisi psikologis, pengalaman sosial, dan sumber dukungan yang berbeda. Ada siswa yang tetap mampu membangun kepercayaan diri karena memperoleh dukungan dari guru, teman sebaya, atau kegiatan sekolah. Namun, risiko *self-esteem* rendah akan semakin besar apabila siswa tidak memiliki ruang aman untuk mengungkapkan perasaan dan tidak memperoleh penguatan dari lingkungan terdekat. Dalam hal ini, persoalan utama bukan hanya sedikitnya waktu orang tua bersama anak, tetapi juga rendahnya kualitas komunikasi dan dukungan emosional yang diterima siswa. Hal ini

menunjukkan bahwa penguatan *self-esteem* membutuhkan dukungan yang konsisten dari berbagai pihak, bukan hanya keluarga.

Layanan bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam membantu siswa yang mengalami masalah *self-esteem* akibat keterbatasan perhatian orang tua. Guru BK dapat menjadi pihak yang memberikan ruang aman bagi siswa untuk bercerita, memahami perasaan dan mengenali masalah yang sedang dihadapi. Dalam proses konseling, siswa tidak hanya diarahkan untuk menceritakan masalah, tetapi juga dibantu untuk memahami nilai dirinya secara lebih sehat. Layanan BK dapat digunakan untuk mendampingi siswa yang mengalami hambatan dalam kepercayaan diri, penerimaan diri, dan kemampuan berinteraksi sosial.

Pelaksanaan layanan BK dalam penguatan *self-esteem* dapat dilakukan melalui beberapa bentuk layanan. Konseling individual, guru BK dapat membantu siswa mengidentifikasi pikiran negatif tentang dirinya, memahami sumber perasaan rendah diri, dan menyusun langkah kecil untuk membangun keberanian. Selain itu, bimbingan pribadi sosial dapat digunakan untuk membantu siswa mengenali kelebihan, menerima kekurangan, dan melatih ketrampilan sosial. Konseling kelompok juga dapat menjadi pilihan karena siswa dapat belajar dari pengalaman teman lain yang memiliki masalah serupa. Rogers (1951) menjelaskan bahwa hubungan bantuan yang efektif perlu dibangun melalui empati, penerimaan, dan sikap menghargai individu. Prinsip ini penting diterapkandalam layanan BK karena siswa dengan *self-esteem* rendah membutuhkan pengalaman diterima tanpa dihakimi.

Penguatan *self-esteem* tidak cukup dilalui melalui nasihat umum seperti meminta siswa untuk percaya diri, siswa perlu memperoleh pengalaman nyata yang membuatnya merasa mampu dan dihargai. Guru BK dapat memberikan latihan sederhana, seperti meminta siswa menuliskan kelebihan diri, mengingat pengalaman keberhasilan, menyusun target pribadi, atau berlatih menyampaikan pendapat dalam situasi yang lebih kecil dan aman. Latihan tersebut membantu siswa membangun keyakinan secara bertahap, jika siswa berhasil melewati tugas kecil, ia akan memiliki pengalaman positif yang dapat memperkuat penilaian dirinya. *Self-esteem* tidak dapat terbentuk secara instan, tetapi berkembang melalui pengalaman yang berulang, semakin sering siswa memperoleh pengalaman dihargai dan berhasil, semakin besar peluang siswa membangun pandangan diri yang lebih positif.

Peran guru BK juga perlu diperkuat melalui kerja sama dengan orang tua dan pihak sekolah, guru BK dapat menjalin komunikasi dengan orang tua untuk memberikan pemahaman bahwa perhatian kepada anak tidak selalu harus dilakukan dalam waktu yang panjang. Perhatian dapat diberikan melalui percakapan singkat yang hangat, mendengarkan cerita hangat, memberi apresiasi, dan menunjukkan kepedulian terhadap kegiatan sekolah anak. Orang tua yang sibuk bekerja tetap dapat membangun kedekatan emosional apabila memiliki komunikasi yang berkualitas dengan anak. Selain itu, wali

kelas dan guru mata pelajaran juga perlu dilibatkan karena mereka berinteraksi langsung dengan siswa dalam kegiatan belajar. Bronfenbrenner (1994) menjelaskan bahwa perkembangan anak dipengaruhi oleh hubungan antara keluarga, sekolah, dan lingkungan sosial. Penguatan *self-esteem* akan lebih efektif apabila dilakukan melalui kerja sama antarsistem yang saling mendukung.

Berdasarkan kajian tersebut, pembahasan ini dapat diarahkan pada kerangka penguatan *self-esteem* berbasis relasi pendukung. Kerangka ini menempatkan *self-esteem* sebagai hasil dari hubungan antara pengalaman keluarga, dukungan sekolah, dan pendampingan guru BK. Keluarga tetap menjadi sumber utama pembentukan pengalaman emosional anak, tetapi sekolah dapat menjadi lingkungan pendukung ketika perhatian orang tua belum terpenuhi secara optimal. Layanan BK berfungsi sebagai jembatan antara kebutuhan psikologis siswa dan dukungan sosial yang tersedia di sekolah.

Dengan demikian, keterbatasan perhatian orang tua perlu dikaji karena memiliki hubungan dengan perkembangan *self-esteem* siswa. Masalah ini penting karena *self-esteem* berpengaruh terhadap keberanian siswa dalam belajar, berinteraksi, menerima diri, dan menampilkan potensi. Permasalahan ini umumnya muncul pada masa remaja, yaitu ketika siswa sedang berada dalam tahap pencarian jati diri dan mengalami perkembangan psikologis yang membutuhkan dukungan emosional dari orang tua. Layanan BK dapat menjadi solusi yang relevan karena memiliki fungsi pemahaman, pencegahan, pengentasan, dan pengembangan. Guru BK dapat membantu siswa memahami dirinya, mengelola perasaan negatif, menemukan potensi, dan membangun kepercayaan diri melalui layanan yang sesuai dengan kebutuhan siswa. Penguatan *self-esteem* perlu dilakukan secara kolaboratif melalui keterlibatan guru BK, orang tua, wali kelas, guru mata pelajaran, dan lingkungan sekolah. Dengan dukungan tersebut, siswa yang mengalami keterbatasan perhatian orang tua tetap memiliki peluang untuk berkembang secara sehat dan membangun penilaian diri yang lebih positif.

KESIMPULAN DAN SARAN

Keterbatasan perhatian orang tua dapat menjadi salah satu faktor yang memengaruhi perkembangan *self-esteem* siswa. Perhatian orang tua tidak hanya dipahami sebagai pemenuhan kebutuhan materi, tetapi juga mencakup dukungan emosional, komunikasi, penerimaan, penghargaan, dan keterlibatan dalam kehidupan anak. Ketika aspek tersebut kurang terpenuhi, siswa dapat merasa kurang diperhatikan, kurang dihargai, dan ragu terhadap kemampuan dirinya. Kondisi ini dapat berdampak pada rendahnya kepercayaan diri, kurangnya keberanian dalam menyampaikan pendapat, serta kesulitan dalam menjalin hubungan sosial di lingkungan sekolah. *Self-esteem* memiliki peran penting dalam perkembangan pribadi, sosial, dan

akademik siswa. Siswa yang memiliki *self-esteem* positif cenderung lebih mampu menerima dirinya, memahami potensi yang dimiliki, dan berani berpartisipasi dalam kegiatan belajar maupun interaksi sosial. Sebaliknya, siswa dengan *self-esteem* rendah dapat mengalami hambatan dalam menampilkan kemampuan diri karena merasa takut salah, tidak yakin, atau merasa tidak cukup baik. Oleh karena itu, persoalan *self-esteem* tidak dapat dipandang sebagai masalah pribadi siswa semata, tetapi perlu dilihat sebagai hasil dari hubungan antara pengalaman keluarga, dukungan sekolah, dan lingkungan sosial siswa.

Layanan bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam membantu siswa yang mengalami keterbatasan perhatian orang tua. Guru BK dapat menjadi pendamping yang memberi ruang aman bagi siswa untuk menceritakan masalah, memahami perasaan, mengenali potensi diri, dan membangun penilaian diri yang lebih positif. Melalui layanan konseling individual, bimbingan pribadi sosial, konseling kelompok, serta kerja sama dengan orang tua dan pihak sekolah, penguatan *self-esteem* siswa dapat dilakukan secara lebih terarah.

SARAN

Terdapat beberapa rekomendasi yang dapat diberikan dalam upaya penguatan *self-esteem* siswa melalui layanan bimbingan dan konseling, khususnya pada siswa yang mengalami keterbatasan perhatian orang tua.

Penguatan Identifikasi Siswa dengan Self-Esteem Rendah

Guru BK perlu melakukan identifikasi awal terhadap siswa yang menunjukkan gejalarendahnya *self-esteem*, seperti kurang percaya diri, takut menyampaikan pendapat, mudah merasa minder, dan cenderung menarik diri. Identifikasi agar dapat dilakukan melalui observasi melalui observasi siswa di sekolah, komunikasi dengan wali kelas, serta pendekatan personal kepada siswa. Langkah penting agar guru BK dapat memahami kondisi siswa secara lebih tepat sebelum menentukan bentuk layanan yang sesuai.

Optimalisasi Layanan Konseling Individual

Guru BK perlu mengoptimalkan layanan konseling individual sebagai ruang aman bagi siswa untuk menyampaikan perasaan, pengalaman, dan masalah yang dialami. Dalam proses konseling, guru BK dapat membantu membantu siswa memahami penyebab munculnya perasaan rendah diri, mengenali potensi yang dimiliki, serta membangun cara pandang yang lebih positif terhadap diri sendiri. Layanan ini perlu dilakukan secara empatik, tidak menghakimi, dan berkelanjutan agar siswa merasa diterima serta lebih terbuka dalam proses pendampingan.

Pengembangan Bimbingan Pribadi Sosial

Sekolah perlu memperkuat program bimbingan pribadi-sosial yang berfokus pada penguatan kepercayaan diri, penerimaan diri, dan keterampilan

berinteraksi. Kegiatan dapat diarahkan pada latihan mengenali kelebihan diri, mengelola emosi, menyampaikan pendapat, serta membangun keberanian dalam lingkungan sosial.

Kolaborasi Guru BK, Orang Tua, dan Wali Kelas

Penguatan *self-esteem* siswa perlu melibatkan kerja sama antara guru BK, orang tua, wali kelas, dan guru mata pelajaran. Guru BK dapat menjalin komunikasi dengan orang tua untuk memberikan pemahaman bahwa perhatian kepada anak tidak hanya berbentuk materi, tetapi juga dukungan emosional dan kehangatan dalam rumah. Wali kelas dan guru mata pelajaran juga dapat membantu menciptakan suasana belajar yang mendukung, tidak memperlakukan siswa, dan memberi kesempatan kepada siswa untuk berpartisipasi secara aktif.

Evaluasi dan Tindak Lanjut Layanan BK

Guru BK perlu melakukan evaluasi terhadap perkembangan siswa setelah layanan diberikan. Evaluasi dapat dilakukan melalui pengamatan perubahan perilaku, cararan konseling, komunikasi dengan guru, serta refleksi siswa terhadap perkembangan dirinya. Tindak lanjut diperlukan agar layanan BK tidak berhenti pada satu kali pertemuan, tetapi benar-benar membantu siswa membangun *self-esteem* secara bertahap. Dengan evaluasi yang terarah, sekolah dapat mengetahui efektivitas layanan dan melakukan perbaikan terhadap program pendampingan siswa.

DAFTAR RUJUKAN

- American School Counselor Association (ASCA). (2023). *The school counselor and social/emotional development*. American School Counselor Association.
- Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological models of human development. In T. Husén & T. N. Postlethwaite (Eds.). *International encyclopedia of education* (2nd ed.). Elsevier, 3, 1643–1647.
- Chentsova Dutton, Y. E., dkk. (2020). Perceived parental support and adolescents' positive self-beliefs and levels of distress across four countries. *Frontiers in Psychology*, 11, 353.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. W. H. Freeman.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2014). *Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 111 Tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah*. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.
- Krauss, S., dkk. (2020). Family environment and self-esteem development: A longitudinal study from age 10 to 16. *Journal of Personality and Social Psychology*, 119(2), 457–478.

- Rogers, C. R. (1951). *Client-centered therapy: Its current practice, implications, and theory*. Houghton Mifflin.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.