

Konsep Diri pada Peserta Didik SMA

Luisa Andin Nur Fadillah¹, Yuanita Dwi Krisphianti², Guruh Sukma Hanggara³

Universitas Nusantara PGRI Kediri^{1,2,3}

andinluisa@gmail.com¹, ju.wahyu@gmail.com², kangguruh@gmail.com³

ABSTRACT

Self-concept is an important aspect in the psychological development of individuals, especially for students in secondary education. Self-concept includes a person's understanding of themselves, which includes physical, psychological, social, and moral dimensions. The formation of self-concept in students is influenced by various factors, including interactions with peers, parenting patterns, and the individual's physical condition. This article discusses the definition of self-concept, the factors that influence it, and its relevance in the development of high school students. Self-concept is formed through personal experiences and social interactions that are influenced by personal and environmental factors, such as parenting patterns and interactions with peers. As individuals in adolescence, students face challenges in recognizing themselves and carrying out developmental tasks, such as building mature social relationships and accepting their physical condition. Therefore, a deep understanding of self-concept is very important in supporting optimal student development.

Keywords: self concept, students, senior high school

ABSTRAK

Konsep diri merupakan aspek penting dalam perkembangan psikologis individu, terutama bagi peserta didik di jenjang pendidikan menengah. Konsep diri mencakup pemahaman seseorang terhadap dirinya sendiri, yang meliputi dimensi fisik, psikologis, sosial, dan moral. Pembentukan konsep diri pada peserta didik dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk interaksi dengan teman sebaya, pola asuh orang tua, serta kondisi fisik individu. Artikel ini membahas pengertian konsep diri, faktor-faktor yang mempengaruhinya, dan relevansinya dalam perkembangan peserta didik SMA. Konsep diri terbentuk melalui pengalaman pribadi dan interaksi sosial yang dipengaruhi oleh faktor personal dan lingkungan, seperti pola asuh orang tua dan interaksi dengan teman sebaya. Sebagai individu yang berada pada usia remaja, peserta didik menghadapi tantangan dalam mengenali diri mereka dan menjalani tugas perkembangan, seperti membangun hubungan sosial yang matang dan menerima kondisi fisik diri. Oleh karena itu, pemahaman yang mendalam mengenai konsep diri sangat penting dalam mendukung perkembangan peserta didik secara optimal.

Kata Kunci: konsep diri, peserta didik, SMA

PENDAHULUAN

Konsep diri merupakan aspek penting dalam perkembangan psikologis individu, termasuk di kalangan peserta didik. Konsep diri mengacu pada pemahaman seseorang terhadap dirinya sendiri, yang mencakup berbagai dimensi, seperti fisik, psikologis, sosial, dan moral. Bagi peserta didik di jenjang pendidikan menengah, khususnya di SMA, pembentukan konsep diri memainkan peran kunci dalam mengarahkan sikap dan perilaku mereka dalam kehidupan sehari-hari, baik di sekolah maupun di masyarakat. Konsep

diri yang positif akan membentuk individu yang percaya diri, memiliki arah hidup yang jelas, dan mampu menghadapi tantangan dengan lebih baik.

Dalam pendidikan, penting untuk memahami bagaimana konsep diri terbentuk dan berkembang pada peserta didik. Proses ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti lingkungan keluarga, sekolah, serta interaksi sosial yang terjadi di antara teman sebaya. Selain itu, pada usia remaja, peserta didik sering kali berada pada tahap pencarian identitas diri, di mana mereka mulai mengeksplorasi berbagai peran dan kemungkinan yang ada dalam hidup mereka. Oleh karena itu, pemahaman yang mendalam mengenai konsep diri pada peserta didik SMA sangat diperlukan untuk mendukung proses pendidikan yang holistik dan efektif.

Menurut Calhaoun & Acocella (1990) dalam Saifullah (2015), konsep diri dalam perkembangannya terbagi menjadi dua, yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif. Konsep diri positif merujuk pada pandangan yang baik terhadap diri sendiri, sementara konsep diri negatif mengarah pada pandangan yang kurang baik tentang diri sendiri. Konsep diri ini berkembang seiring waktu dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, menurut Berzonsky dalam Nurhaini (2018), konsep diri mencakup empat aspek utama, yaitu fisik, psikologis, moral, dan sosial. Keempat aspek ini saling berinteraksi dan memengaruhi bagaimana peserta didik memahami diri mereka sendiri, berinteraksi dengan lingkungan, serta menetapkan tujuan dan pilihan hidup.

Menurut Saraswatia dkk (2015), terdapat berbagai faktor yang mempengaruhi pembentukan konsep diri pada remaja, dan faktor teman sebaya menjadi faktor yang paling dominan. Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa interaksi dengan teman sebaya sangat berpengaruh terhadap bagaimana seorang remaja melihat dirinya, terutama dalam hal pengakuan sosial dan penerimaan kelompok. Sebagai bagian dari lingkungan sosial mereka, teman sebaya dapat memberikan pengaruh positif atau negatif yang signifikan, yang akan mempengaruhi persepsi remaja terhadap identitas mereka sendiri.

Banyaknya peserta didik yang mengalami kesulitan dalam menghadapi tantangan kehidupan, baik di bidang akademik, sosial, maupun emosional. Hal ini sering kali disebabkan oleh masih rendahnya pemahaman dan penerimaan diri mereka. Konsep diri yang tidak berkembang dengan baik dapat menghambat mereka dalam menjalani tugas perkembangan di usia remaja. Oleh karena itu, artikel ini bertujuan untuk memberikan pemahaman lebih mendalam mengenai pentingnya pembentukan konsep diri yang positif, serta bagaimana hal tersebut dapat mendukung keberhasilan peserta didik dalam berbagai aspek kehidupan. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang konsep diri, diharapkan peserta didik dapat mengoptimalkan potensi mereka, menghadapi tantangan dengan percaya diri, dan membuat keputusan yang lebih tepat untuk masa depan mereka.

PEMBAHASAN

1) Pengertian Konsep Diri

Konsep diri merupakan penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri, yang memengaruhi cara mereka berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain. Cara individu menilai diri mereka mencerminkan persepsi, keyakinan, perasaan, dan sikap yang dimilikinya, serta bagaimana mereka menanggapi diri sendiri dan memaknai pandangan orang lain terhadap mereka. Konsep diri dipelajari melalui pengalaman unik yang diperoleh dari proses eksplorasi diri, hubungan dengan orang-orang terdekat, serta pengalaman yang memiliki makna pribadi bagi individu tersebut. Seiring berjalannya waktu, konsep diri berkembang melalui proses pembelajaran yang berlangsung sejak masa pertumbuhan hingga dewasa, seperti yang diungkapkan oleh Desmita (2011). Pola asuh orang tua juga berperan penting dalam pembentukan konsep diri, karena mereka adalah faktor utama yang membentuk cara individu melihat diri mereka sendiri.

Menurut Hurlock (1980), konsep diri adalah persepsi dan keyakinan seseorang terhadap dirinya, yang mencakup sikap dan sistem makna mengenai dirinya sendiri serta pandangan orang lain terhadapnya. Calhoun dan Acocella (Wienda, 2020) menyatakan bahwa konsep diri melibatkan gambaran diri seseorang yang mencakup pengetahuan, harapan, dan penilaian terhadap dirinya sendiri. Sementara itu, Rogers (2016) dalam Saputro dan Sugiarti (2021) menyebutkan bahwa konsep diri adalah elemen utama dalam ruang fenomenal yang disadari dan disimbolkan, di mana "aku" menjadi pusat referensi untuk setiap pengalaman. Dengan demikian, konsep diri adalah inti dari pengalaman individu yang berkembang secara bertahap, mengarah pada pemahaman yang lebih dalam tentang "siapa aku sebenarnya" dan "apa yang harus aku lakukan" dalam kehidupannya.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa konsep diri merupakan penilaian individu terhadap dirinya sendiri yang dipengaruhi oleh persepsi, keyakinan, perasaan, dan sikap yang dimiliki, serta pandangan orang lain terhadap dirinya. Konsep diri berkembang melalui pengalaman pribadi dan interaksi sosial yang dimulai sejak masa pertumbuhan hingga dewasa, di mana pola asuh orang tua juga memegang peranan penting dalam pembentukannya. Konsep diri mencakup gambaran diri yang lebih luas, mencakup pengetahuan, harapan, dan penilaian terhadap diri sendiri, yang pada akhirnya mengarah pada pemahaman yang lebih dalam tentang siapa diri kita dan apa yang harus kita lakukan dalam hidup.

2) Faktor-Faktor Konsep Diri

Pembentukan konsep diri pada individu menurut Erlamsyah dalam Hendri (2019) dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor personal dan faktor lingkungan.

- Tidak semua orang mempunyai pengaruh yang sama terhadap individu yang sama; orang-orang yang paling dekat dengan mereka, seperti orang tua, saudara, atau orang yang tinggal satu rumah

dengan mereka, memiliki pengaruh yang paling besar. Individu membentuk konsep dirinya dari mereka secara bertahap. Individu menilai dirinya secara positif ketika mereka diberi senyuman, pujian, penghargaan, dan pelukan, tetapi ketika mereka dilecehkan, dilecehkan, dan dihina, mereka menilai dirinya secara negatif.

3) Konsep Diri Peserta Didik SMA

Memiliki konsep diri yang baik penting dimiliki oleh setiap peserta didik SMA. Jahja (2011) dalam Damarhadi, dkk (2020) menyatakan bahwa peserta didik SMA yang berada pada usia remaja memiliki tugas perkembangan untuk mencapai kematangan intelektual. Menurut Setiadi (2018) dalam Damarhadi, dkk (2020) Salah satu cara untuk mencapai kematangan tersebut adalah dengan memiliki konsep diri yang baik. Oleh karena itu, untuk memastikan tugas perkembangan berjalan lancar, diharapkan peserta didik memiliki konsep diri yang kuat.

Konsep diri yang positif menjadi dasar penting bagi peserta didik dalam menyelesaikan berbagai tugas perkembangan, seperti yang diungkapkan oleh Havigurst dalam Setyowati (2019). Salah satu tugas utama adalah membangun hubungan yang matang dengan teman sebaya dan lawan jenis. Hal ini menuntut kemampuan untuk berinteraksi, memahami pandangan orang lain, serta bekerja sama dalam kelompok guna mencapai tujuan bersama. Tingkat keberhasilan dalam tugas ini dapat bervariasi, mulai dari yang tinggi (memiliki sahabat dekat dan peran penting dalam kelompok) hingga yang rendah (isolasi sosial dan perilaku maladaptif).

Selain itu, peserta didik perlu mampu menerima kondisi fisik dirinya. Penerimaan ini mencakup menjaga kesehatan, memahami tubuh dan jenis kelamin, serta merasa nyaman dengan penampilannya. Kemampuan menerima diri akan membantu mereka menjalani tugas perkembangan lainnya, seperti mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya, yang sering kali melibatkan konflik dalam prosesnya.

Tugas perkembangan lainnya meliputi menjalankan peran sosial sesuai jenis kelamin, mampu berperilaku tanggung jawab dalam masyarakat, mempersiapkan diri untuk karier yang mandiri secara ekonomi, serta membangun kesiapan untuk menikah dan membentuk keluarga. Selain itu, peserta didik juga diharapkan mengembangkan sistem nilai dan etika yang menjadi pegangan dalam berperilaku sesuai norma masyarakat. Dengan memiliki konsep diri yang baik, peserta didik dapat menjalani tugas-tugas ini dengan lebih percaya diri dan sukses, sehingga mereka mampu menyesuaikan diri secara optimal di masa dewasa.

KESIMPULAN DAN SARAN

Konsep diri merupakan pemahaman seseorang terhadap dirinya sendiri, mencakup aspek fisik, psikologis, moral, dan sosial. Bagi peserta didik SMA, konsep diri yang positif sangat penting dalam mendukung keberhasilan mereka menjalani tugas perkembangan pada masa remaja. Konsep diri yang baik membantu peserta didik memahami potensi mereka, meningkatkan rasa percaya diri, serta mampu menghadapi tantangan dalam berbagai aspek kehidupan, baik di sekolah maupun masyarakat.

Pembentukan konsep diri dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti lingkungan keluarga, interaksi dengan teman sebaya, pola asuh orang tua, serta kondisi fisik individu. Faktor lingkungan, terutama peran teman sebaya, memiliki pengaruh dominan dalam membentuk konsep diri peserta didik pada usia remaja. Interaksi sosial yang positif memberikan pengakuan dan penerimaan, yang dapat memperkuat konsep diri dan kemampuan peserta didik dalam menjalani peran sosialnya.

Dengan memiliki konsep diri yang baik, peserta didik dapat lebih percaya diri dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan remaja, seperti membangun hubungan sosial yang matang, menerima kondisi fisik diri, mencapai kemandirian emosional, dan mempersiapkan masa depan secara bertanggung jawab. Oleh karena itu, pengembangan konsep diri yang positif harus menjadi perhatian utama dalam mendukung proses pendidikan dan pertumbuhan peserta didik secara menyeluruh.

DAFTAR RUJUKAN

Damarhadi, S., Mujidin, M., & Prabawanti, C. (2020). Gambaran Konsep Diri Pada Siswa SMA Ditinjau Berdasarkan Jenis Kelamin. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*

Desmita. 2011. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Rosda Karya.

Hendri. (2019). Peran Pola Asuh Orang Tua Terhadap Pembentukan Konsep Diri Pada Anak. *Jurnal At-Taujih Bimbingan Dan Konseling Islam*

Hurlock, E. B. 1980. *Psikologi Perkembangan*. Terjemahan oleh Istiwidayanti & Soedjarwo. Jakarta: Erlangga

Nurhaini, D. (2018). Pengaruh Konsep Diri dan Kontrol Diri Dengan Perilaku Konsumtif Terhadap Gadget. *Psikoborneo*

Saifullah, F. (2015). HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI DENGAN BULLYING. *PSIKOBORNEO: Jurnal Ilmiah Psikologi*

Setyowati, W. (2019). STUDI PENCAPAIAN TUGAS PERKEMBANGAN REMAJA PADA SISWA-SISWI SMAN 1 PORONG. *Hospital Majapahit (JURNAL ILMIAH KESEHATAN POLITEKNIK KESEHATAN MAJAPAHIT MOJOKERTO)*



- Saraswatia, G. K., Zulpahiyana, Z., & Arifah, S. (2015). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri Remaja di SMPN 13 Yogyakarta. Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia
- Syakraeni, A. (2020). Pembentukan konsep Diri Remaja. Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam
- Wienda, T. A. (2020). Konsep Diri, Regulasi Emosi dan Asertivitas pada Mahasiswa. Philanthropy Journal of Psychology