STUDY LITERATURE ADOLESCENT SELF-CONCEPT

Elvina Ningsih¹, Zulfan Saam², Tri Umari³

E-mail: elvina.ningsih0084@student.unri.ac.id, Zulfan_saam@gmail.com, Triumari2@gmail.com

Nomor Hp: 082272382131

*Guidance and Counseling Study Program
Faculty of Teacher Training and Education
Riau University*

Asbract: *This study was conducted to determine the theoretical concept of Self-Concept, factors that influence Self-Concept, and Efforts to improve Adolescent Self-Concept. This type of research used is literature study. The instrument used in this research is a combination of national journals and international journals. Data analysis in this study used qualitative analysis methods. The results showed that the self-concept is an individual's view or perception of himself, which can reflect how the individual's behavior is in accordance with the self-concept he has. The relevant theory from the findings of this study is the looking glass self-theory proposed by Charles Horton Cooley. This theory says that self-concept is like walking in a mirror. Individuals see what is reflected. The results of the research on the factors that influence the Adolescent Self-Concept have a greater influence on environmental factors (peer factors). While the results of research on ways to improve Adolescent Self-Concept in the form of efforts that can be done by teachers in the school environment, such as Cognitive Behavior Group Counseling, Narrative counseling, extracurricular pencat silat, REBT approaches, and support and motivation of teachers and parents.*

Key Words: *Study Literatur, Adolescent, Self-Concepts*

STUDI LITERATUR TENTANG KONSEP DIRI REMAJA

Elvina Ningsih¹, Zulfan Saam², Tri Umari³

E-mail: elvina.ningsih0084@student.unri.ac.id, Zulfan_saam@gmail.com, Triumari2@gmail.com

Nomor Hp: 082272382131

Prodi Bimbingan Konseling
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Riau

Abstrak: Penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui konsep teori tentang Konsep Diri, Faktor yang mempengaruhi Konsep Diri, dan Usaha untuk meningkatkan Konsep Diri Remaja. Jenis Penelitian yang digunakan yaitu Studi Kepustakaan. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah gabungan dari jurnal Nasional dan jurnal Internasional. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode analisis kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Konsep diri adalah suatu pandangan atau persepsi individu terhadap dirinya sendiri, yang dapat mencerminkan bagaimana tingkah laku individu tersebut sesuai dengan konsep diri yang dimilikinya. Adapun teori yang relevan dari hasil temuan penelitian ini adalah teori *looking glass self*, yang dikemukakan oleh Charles Horton Cooley. Teori ini mengatakan bahwasanya konsep diri bagaikan berjalan dengan memandang cermin. Individu melihat apa yang dicerminkan. Adapun hasil penelitian mengenai faktor yang mempengaruhi Konsep Diri Remaja lebih besar pengaruhnya yaitu pada faktor lingkungan (Faktor orang tua dan teman sebaya). Sedangkan hasil penelitian mengenai cara-cara untuk meningkatkan Konsep Diri Remaja berupa usaha yang dapat dilakukan oleh guru di lingkungan sekolah, seperti Konseling Kelompok *Cognitive Behaviour*, konseling Naratif, Ekstrakurikuler pencat silat, pendekatan REBT, serta dukungan dan motivasi guru dan orang tua.

Kata Kunci: Studi Literatur, Konsep Diri, Remaja

PENDAHULUAN

Setiap individu dalam hidupnya mengalami berbagai macam perubahan dan proses penting dalam tumbuh kembangnya, begitu juga dengan fase remaja. Masa remaja adalah salah satu periode dalam rentang kehidupan individu, dimana masa ini individu mengalami masa transisi. Pada masa ini terdapat perubahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, sehingga terdapat upaya untuk beradaptasi dengan perubahan didalam diri yang sedang terjadi di fase remaja (Papalia, Old, & Feldman, 2009). Apabila remaja gagal dalam mengembangkan rasa identitasnya, maka remaja akan kehilangan arah, bagaikan kapal kehilangan kompas. Akan berdampak pada perilaku yang menyimpang (*delinquent*), melakukan kriminalitas, atau menutup diri dari masyarakat (Yusuf, 2017). Masa remaja terbagi menjadi tiga bagian yaitu masa remaja awal pada usia 12-15 tahun, remaja pertengahan pada usian 15-18 tahun, remaja akhir paada usian 18-21 tahun.

Konsep diri adalah gambaran seseorang mengenal dirinya sendiri yang merupakan gabungan dari keyakinan terhadap fisik, psikologis, sosial, emosional, aspirasi dan prestasi yang mereka capai (Saam, 2014). Dari hasil penelitian Agnes Angelita (2019) menyimpulkan bahwa konsep diri sebagai pengetahuan seseorang akan dirinya sendiri, mulai dari kemampuan, sikap, atribut, dan nila-nilai yang ada dalam diri seseorang. Memahami konsep diri termasuk juga memahami bagaimana seseorang berpikir tentang dunia luar dan kemampuan dirinya sendiri untuk menghadapinya. Konsep diri terbentuk melalui proses belajar yang berlangsung sejak masa pertumbuhan hingga dewasa. Lingkungan, pengalaman, dan pola asuh orang tua turut memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pembentukan konsep diri seseorang (Saam, 2014). Terdapat pada remaja awal sering memiliki citra diri yang lebih tinggi atau rendah dari semestinya. Pada masa ini anak sudah mengetahui baik buruk, benar salah yang diperoleh dari agama dan lingkungan sosialnya.

Senada dengan hasil penelitian Maskhur, dkk (2012) menyimpulkan bahwa terdapat perubahan konsep diri anak, bukan hilangnya konsep diri melainkan pudarnya atau berubahnya konsep diri. Perubahan ini dapat bermakna dari positif ke negatif atau sebaliknya sedangkan kata pudar biasanya lebih dekat dengan hal yang mengarah pada kondisi konsep diri yang negatif. Hasil penelitian Putra Dinata (2017) mengatakan bahwa temuan di SMA Negeri 8 Padang ketika melakukan PLBK, ada beberapa siswa mengatakan tidak mampu mengikuti pelajaran matematika. Sehingga, ketika disuruh maju untuk mengerjakan latihan di depan kelas siswa tidak mau maju dan lebih memilih untuk keluar kelas. Ini merupakan bentuk salah satu konsep diri yang kurang pada diri individu tersebut. Dalam hasil penelitian Ridha Fauziatil Hasanah (2020) juga mengatakan bahwa kasus kenakalan remaja yang pernah terjadi pada 4 Februari 2018 ada 23 remaja kisaran usia 13-19 tahun berhasil diamankan Polres Tabalong dengan kasus nyaris tawuran dengan pemicu saling ejek antar orang yang kemudian melibatkan orang lain. Beberapa dari mereka juga telah mengkonsumsi minuman keras (Tribun Tabalong edisi 2018 diakses pada 10 Oktober 2018). Dengan fenomena diatas dapat dikatakan bahwasanya penyebab remaja melakukan tindakan negative tersebut dikarenakan masih banyaknya remaja yang belum mampu memberikan pemahaman terhadap dirinya sendiri. Sehingga remaja masih ikut-ikutan tanpa memikirkan dampak dari tindakan yang dilakukan. Sama halnya dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ranny, dkk (2017) menyatakan bahwa mengembangkan konsep diri pada remaja perlu dapat bantuan dari berbagai pihak salah satunya guru BK. Akan tetapi tidak hanya guru

BK saja, namun juga saling bekerja sama dengan guru mata pelajaran untuk memperhatikan perkembangan remaja dalam kegiatan belajar disekolah, dan juga bekerja sama dengan orang tua. Karena orang tua juga memiliki peran yang penting dalam membantu mengembangkan konsep diri remaja. Konsep diri merupakan hal yang sangat penting dibahas karna akan berpengaruh terhadap perilaku individu. Fenomena yang terjadi menggambarkan bahwa masa remaja perlu perhatian lebih dari orangtuanya untuk membentuk konsep diri yang positif. Sehingga pernyataan diatas remaja harus mampu menerapkan konsep diri di dalam individu maupun diluar diri individu yang didukung oleh pihak-pihak yang bermakna, agar remaja dapat mengetahui apa konsep diri yang sudah dianutnya sesuai dengan aspek-aspek konsep diri tersebut.

Berdasarkan pemaparan tersebut maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih dalam lagi, meneliti mengenai konsep diri remaja dengan menggunakan studi *literature* dengan menganalisis dari beberapa jurnal untuk mencari gambaran konsep diri remaja yang terbaru dan sesuai dengan pembaharuan dari sumber-sumber yang meneliti tentang konsep diri, sehingga mampu memecahkan permasalahan sesuai dengan tujuan penelitian. Untuk itu peneliti mengambil judul “**Studi Literatur Tentang Konsep Diri Remaja**”. Agar dapat memperluas pengembangan temuan hasil-hasil penelitian yang spesifik untuk memberikan tanggapan atau pendapat dari hasil temuan tersebut.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian studi literatur. Studi literature merupakan serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca, mencatat, serta mengelolah bahan penulisan. Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data yaitu dengan mengumpulkan bahan-bahan bacaan atau jurnal nasional dan internasional yang diambil dari google scholar, ERIC, DOAJ, dll. Jurnal yang dijadikan sebagai bahan rujukan untuk dianalisis merupakan jurnal yang terakreditasi Nasional dan berscopus. Adapun teknik analisis dalam penelitian ini adalah teknik analisis kualitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Rekapitulasi Konsep Dasar dan Teori Konsep Diri

No	Nama Pengarang jurnal	Konsep Teori Konsep Diri
1.	Pudjiastiti (2000)	Konsep Dasar: Pandang individu terhadap dirinya sendiri. Teori: Charles Horton Cooley
2.	Zulkarnain (2020)	Konsep dasar: Suatu penentuan presepsi makna yang dihubungkan dengan lingkungannya Teori: Teori <i>Humanistic</i>

3.	Septiana (2017)	Konsep Dasar:
bagaimana individu berfikir dan mengevaluasi diri sendiri
Teori:
Teori psikoanalitik
4.	Saam (2014)	Konsep Dasar:
Suatu presepsi mengenai diri individu sendiri
Teori:
Carl Rogers
5.	Wibowo (2013)	Konsep Dasar:
keyakinan diri dan evaluasi diri individu.
Teori:
Teori Keitner

Berdasarkan dari 7 hasil temuan yang dirujuk dari berbagai sumber buku mengenai konsep diri remaja, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa konsep diri adalah suatu pandangan atau presepsi individu terhadap dirinya sendiri. Bagaimana individu berfikir dan mengevaluasi dirinya sendiri, baik itu pandangan positive maupun pandangan negative yang akan berdampak pada perilaku individu itu sendiri. Adapun teori yang relevan dari hasil temuan yang dirujuk dari berbagai buku yaitu teori *Looking glass self* oleh Charles Horton Cooley yang mengatakan dalam teorinya bahwa konsep diri bagaikan berjalan dengan memandang cermin. Kemudian Teori psikoanalitik sigmun Frued mengenai Ego dan Super Ego. Teori *Self-verivication* yang di kemukakan oleh Swann mengatakan bahwa individu akan mengusahakan strategi kognitif dan behavior dalam mempertahankan dirinya. Teori johari windows mengatakan dalam teorinya bahwa diri seseorang digambarkan sebagai sebuah jendela yang terdiri dari 4 bidang yaitu: daerah terbuka, daerah buta, daerah tersembunyi, dan daerah gelap.

Tabel 2. Rekapitulasi Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Konsep Diri

No	Nama Pengarang jurnal	Factor yang mempengaruhi Konsep Diri
1.	Astuti (2019)	a. Citra Diri b. Pengambilan keputusan
2.	Hidayati (2020).	a. Kecerdasan emosional
3.	Septiani (2017)	a. Factor Orang tua (pola Asuh)
4.	Safareka, Setyowani, Anni (2018).	a. Dukungan sosial
5.	Apriliyanti, Mudjiran, Ridha (2016).	a. Tingkah Laku sosial
6.	Fitriani (2020).	a. Dukungan sosial b. Teman sebaya
7.	Galugu (2019)	a. Dukungan Guru

8.	Abrahman (2019)	a.	Orang Tua
10.	Isminayah dan Supandi (2016).	a.	Keharmonisan Keluarga
11.	Nurmalisa (2018)	a.	Faktor orang lain/ lingkungan sekitar
12.	Prabhakararao (2016)	a.	Hubungan dengan orang lain

Berdasarkan 11 hasil temuan yang dirujuk dari sumber jurnal , maka dapat ditarik kesimpulan, bahwa Faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri remaja tentunya tidak terlepas dari faktor eksternal . faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri individu yang dapat mempengaruhi konsep diri individu tersebut. Adapun yang termasuk dalam faktor eksternal seperti: faktor dukungan sosial, tingkah laku sosial, keharmonisan keluarga, teman sebaya. Dimana faktor eksternal yang lebih besar mempengaruhi konsep diri remaja adalah faktor teman sebaya. Karena pada masa remaja masih banyak mengelolah informasi dari teman sebaya, baik buruk teman sebayanya juga mempengaruhi citra diri individu, karena masa remaja banyak membentuk kelompok-kelompok sebagai tempat perkumpulan mereka. Oleh karena itu, pentingnya peranan guru dan orang tua dalam memberikan dukungan dan pemahaman terhadap remaja, agar tidak salah mengambil jalan terhadap pembentukan konsep diri mereka.

Tabel 3. Rekapitulasi Usaha Untuk Meningkatkan Konsep diri Remaja

No	Nama pengarang Jurnal	Usaha Untuk Meningkatkan Konsep Diri Remaja
1.	Mustiani (2019)	a. Konseling <i>Cognitive Behaviour</i>
2.	Rohmat (2019)	a. Motivasi guru dan orang tua
3.	Aisah, Wibowo, dan Purwanto (2017)	a. Konseling kelompok teknik <i>self-management</i>
4.	Nanimusiani, Supardi dan Maulia (2020)	a. Konseling kelompok Pendekatan behavioural
5.	Nandana , Maksum , Priambodo (2020)	a. Ekstrakurikuler Pencat Silat
6.	Riza Novilda, Yeni, Dkk (2019).	a. Pendekatan <i>Rasional Emotif Therapy (REBT)</i>
7.	Widya Juwita Sari, Edy Purwanto dan Muhammad Japar (2017)	a. Konseling Naratif
8.	Nurmalisa (2018)	a. Interaksi edukatif
9.	Kenneth Otieno Olando (2014).	a. Layanan Konseling

Berdasarkan hasil temuan dapat disimpulkan bahwa upaya untuk meningkatkan Konsep Diri Remaja, yaitu melalui :

1. *Konseling Cognitive*. *Konseling Cognitive* adalah suatu cara konseling yang dapat dilakukan untuk meningkatkan konsep diri remaja. Yang mana pada konseling *cognitive*.
2. *Therapy Behaviour*. Terapi Behaviour atau terapi perilaku ini efektif dilakukan untuk meningkatkan konsep diri remaja
3. *Rasional Emotif Teraphy (REBT)*. REBT dilakukan untuk mengubah pemikiran irasional. Dalam diri individu menjadi pemikiran rasional. Pendekatan ini efektif untuk meningkatkan konsep diri remaja.
4. *Konseling Naratif*. *Konseling Naratif* efektif untuk meningkatkan konsep diri remaja dengan cara individu dilatih untuk bercerita didepan umum.
5. *Ekstrakurikuler Pencat Silat*. Dengan mengikuti ekstrakurikuler siswa dapat meningkatkan konsep diri, karena melalui ekstrakurikuler pencak silat dapat dijadikan sarana untuk proses perkembangan dan menanamkan nilai-nilai karakter individu, sehingga individu tersebut dapat menemukan jati diri untuk membangun kekuatan diri yang tangguh dan secara bersama membangun karakter sebagai bangsa yang berbudi luhur dan beradab.
6. *Konseling Kelompok dengan Self-Management*. *Konseling kelompok* dengan teknik *Self- Management* merupakan suatu upaya bantuan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan konsep diri siswa, agar siswa dapat mengelola dirinya dan tanggung jawab pribadi, sehingga dapat mengembangkan dan mengubah perilakunya menjadi lebih baik lagi.
7. *Motivasi Guru*. *Motivasi guru* juga merupakan cara yang dapat dilakukan disekolah untuk meningkatkan konsep diri siswa, karena masa remaja banyak dihabiskan di lingkungan sosial yang salah satunya yaitu lingkungan sekolah.
8. *Interaksi Edukatif*. *Interaksi edukatif* adalah suatu hubungan timbal balik yang dilakukan oleh individu satu dengan individu lainnya di lingkungan masyarakat ataupun lingkungan lainnya. *interaksi edukatif* efektif dilakukan disekolah oleh guru untuk meningkatkan konsep diri siswa. Konsep diri akan bisa berubah atau meningkat dipengaruhi oleh orang lain yang dipercayai dan sesuai atau cocok dengan kehendak individu tersebut.
9. *Strategi Layanan Konseling*. *Strategi konseling* yang beragam bertujuan untuk mencapai integrasi diri, pengarahan diri dan tanggung jawab yang menciptakan efektivitas trepeutik dan iklim psikologis yang dapat diandalkan untuk belajar. Hal ini dapat menambahkan keefektifan strategi layanan konseling dilakukan untuk meningkatkan konsep diri siswa atau remaja.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Simpulan

Dari pengkajiana literatur-literatur yang telah dilaksanakan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Konsep diri merupakan suatu penilaian terhadap diri sendiri, baik positif maupun negative. Sehingga individu yang memiliki konsep diri positif akan memiliki

dorongan untuk mengenal dan memahami dirinya sendiri. Dan begitu juga sebaliknya jika individu memiliki konsep diri negative maka akan berdampak pada tingkah laku individu tersebut. Adapun teori yang relevan mengenai konsep diri ini adalah gabungan dari beberapa teori seperti teori looking glass,

2. Dari hasil-hasil penelitian ditemukan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi konsep diri remaja adalah faktor orang tua, faktor teman sebaya, faktor dukungan sosial, faktor dukungan guru, faktor keharmonisan keluarga, faktor kecerdasan emosional, faktor citra diri. Dimana faktor orang tua lebih mempengaruhi konsep diri remaja, karena individu mulai dikenalakan dengan kehidupannya, dan memiliki pandangan tentang diri sendiri di dapat dari penilaian orang-orang terdekat.
3. Dari hasil-hasil penelitian dalam studi literature maka ditemukan cara-cara meningkatkan konsep diri remaja yaitu adanya Konseling Cognitive, Therapy Behaviour, *Rasional Emotif Teraphy* (REBT), Konseling Naratif, Ekstrakurikuler Pencat Silat, Konseling Kelompok dengan *Self-Management*, Motivasi Guru, Strategi Layanan Konseling, dan Interaksi Edukatif yang dapat digunakan untuk meningkatkan konsep diri remaja, agar remaja dapat memahami pentingnya konsep diri.

Rekomendasi

Berdasarkan hasil analisis jurnal penelitian, serta kesimpulan penelitian ini maka dapat ditemukan rekomendasi sebagai berikut:

1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling, agar dapat menjadikan sebagai sumber referensi dalam memberikan layanan kepada siswa, mengenai konsep diri dan cara-cara untuk meningkatkan konsep diri dari hasil-hasil penelitian yang dirujuk dari berbagai jurnal
2. Bagi Orang Tua, agar lebih memberikan perhatian dan pengawasan kepada anak dalam lingkungan teman sebaya ataupun lingkungan masyarakat.
3. Untuk peneliti selanjutnya, agar dapat mengembangkan lagi mengenai konsep diri remaja melalui penelitian studi literature dengan merujuk lebih banyak lagi jurnal internasional. Agar memperoleh hasil dan perbedaan yang beragam.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisah Nurul Farida, Wibowo Eddy Mungin, Purwanto Edy. 2017. "Pengembangan Model Konseling Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa". *Jurnal Bimbingan Konseling*. Vol. 6 (2)
- Angelita, Agnes. 2019. "Review Literatur Konsep Diri Dan Motivasi Berprestasi Akademis Pada Remaja". *Prosiding Seminar Nasional & Call Paper. Psikologi Pendidikan*.
- Apriliyanti Annisa, Mudjiran, Ridha Mursyid. 2016. "Hubungan Konsep Diri Siswa Dengan Tingkah Laku Sosial Siswa". *Jurnal Education*. Vol. 2 (2)

- Astuti Wahyu Dwi, Muslikah. 2019. "Hubungan Konsep Diri Dengan Perilaku Asertif Siswa Kelas XI". *Jurnal Edukasi Bimbingan Konseling*. Vol.5(2)
- Aziz Nur Rohmat, Lestari Witri. 2019. "Pengaruh Konsep Diri dan Kepercayaan Diri Terhadap Kemampuan Berfikir Kritis Matematis". *Jurnal Kajian Matematika*. Vol. 5 (1)
- Gul Ifshana, Bhat A Manzoor. 2018. "Dampak Konsep Diri, Kompetensi Sosial Dan Tingkat Aspirasi Terhadap Prestasi Akademik Remaja". *International Journal of Science and Research*". Vol. 9
- Hamdi, Muhammad. 2016. *Teori Kepribadian Sebuah Pengantar*. Alfabeta: Bandung
- Hasanah Fauziatil Ridha. 2020. "Efektivitas Pendekatan Konseling Realitas dalam Mengatasi Konsep Diri Negatif pada Siswa Broken Home Kelas VIII di Mts Inayatuththalibin Banjar Masin". *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. Vol. 3 (1)
- Olando Otieno Kenneth. 2014. "Efektivitas Layanan Bimbingan Konseling Pada Konsep Diri Remaja di Distrik Khwisero, Kakamega County". *Jurnal Internasional Studi Daya Manusia*". Vol. 4 (4)
- Palacios Jessica, Garay. 2019. "Konsep Diri Pada Siswa Dengan Perilaku Anti Sosial. *Jurnal Internasional*.
- Papalia, D. E, Olds &Z Feldman, R. D. 2009. *Human Dvelopment*. Jakarta: Salemba Humanika.