



Contents lists available at

Journal of Innovative Counseling : Theory, Research & Practice

ISSN: 2548-1738 (Print) ISSN: 2580-7153 (Electronic)

Journal homepage: https://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling

Profil Self Esteem Santri Aliyah Putri Pondok Pesantren Darul Arqom Garut

Aam Imaddudin¹, Cucu Arumsari², Novia Rahmayanti³

¹ Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Article Info

Article history:

Received July 15th, 2022

Revised July 25th, 2022

Accepted August 15th, 2022

Keyword:

Self esteem, teenager, guidance counseling

ABSTRACT

This research is motivated by phenomena and theories that show that self esteem is something important during adolescence. The high or low level of self esteem possessed by individuals will affect aspects of life, one of which is in social life. Because the dissatisfaction of the need for self-esteem will produce an attitude of self-confidence, a sense of worth, a sense of strength, a sense of ability and a sense of usefulness if the satisfaction of self-esteem needs is hampered, it will produce an attitude of inferiority, a sense of inadequacy, a sense of weakness that will cause individuals to feel emptiness, doubt and hopelessness in facing the demands in their lives. The purpose of this study is to design counseling services to increase self esteem in adolescent aliyah girls. The study used a quantitative approach and descriptive method. This research was conducted on 155 adolescent aliyah girls at Darul Arqom Garut Islamic Boarding School in the 2020/2021 school year. The results of this study indicate that in general, adolescent girls are in the moderate self esteem category. Based on the results of this study, an individual counseling service design was made to increase self esteem.



© 2023 The Authors. Published by Department of Guidance and Counseling.

This is an open access article under the CC BY-NC-SA license

(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>)

Corresponding Author:

Aam Imaddudin

Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

aam.imaduddin@umtas.ac.id

Introduction

Usia anak sekolah menengah pertama sering disebut juga dengan usia remaja. Masa remaja merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, yang ditandai dengan adanya berbagai perubahan baik secara fisik, perilaku, biologis ataupun emosi (Refandi, 2018:16). Pada masa remaja usia 12 sampai 20 tahun individu lebih cenderung untuk meningkatkan pemahaman tentang diri, mengeksplorasi mengenai identitas diri, serta timbulnya rasa ingin mengetahui sifat dan apa yang hendak akan diraih dalam hidupnya. Pemahaman diri adalah representasi kognitif remaja mengenai diri, substansi dan konsep diri pada remaja (Santrock, 2012:185-186).

Dalam teori psikososial Erikson (Yusuf & Nurihsan, 2012:106) menjelaskan bahwa pada usia remaja ini termasuk kedalam tahapan identitas vs kebingungan identitas. Tugas-tugas perkembangan masa remaja menurut William Kay (Jahja, 2011) adalah individu mampu menerima keadaan fisiknya berikut keberagaman kualitasnya, mencapai kemandirian emosional dari orangtua atau figur-figur yang mempunyai otoritas, mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan belajar bergaul dengan teman sebaya baik secara individu maupun kelompok.

Pada masa ini ego memiliki kapasitas untuk memilih dan mengintegrasikan bakat dan keterampilan yang dimiliki oleh individu dalam melakukan identifikasi dengan orang-orang yang sependapat atau sejalan pada lingkungan

sosialnya, serta menjaga pertahanannya terhadap berbagai macam ancaman dan kecemasan. Permasalahan yang terjadi dalam diri individu akan menyebabkan timbulnya perubahan secara emosi. Periode masa ini sangat beresiko bagi remaja karena sebagian individu mengalami kesulitan dalam menangani perubahan yang terjadi dalam satu waktu dan mungkin membutuhkan adanya bantuan untuk menghadapi sesuatu yang akan terjadi pada dirinya (Papalia,etal, 2011:535).

Rosenberg (Qomaria, 2019:164) menjelaskan bahwa self esteem sebagai sikap seseorang baik positif maupun negatif terhadap dirinya sendiri. Sedangkan menurut Coopersmith (1967) self esteem merupakan bentuk evaluasi yang dibuat oleh individu dan kebiasaan dalam memandang dirinya terutama mengenai sikap menerima atau menolak, besarnya rasa percaya diri terhadap kemampuannya, keberartian, kesuksesan dan adanya rasa keberhargaan. Secara singkat self esteem dikatakan sebagai "*personal judgment*" individu mengenai perasaan berharga yang di diekspresikan individu terhadap dirinya (Restuti, dkk, 2016). Kemudian menurut teori maslow salah satu kebutuhan individu adalah kebutuhan akan harga diri, dimana seorang individu ingin mengetahui atau meyakini bahwa dirinya berharga serta mampu mengatasi segala tantangan dalam hidupnya. Selain itu seorang individu juga butuh penghargaan atas apa yang telah dilakukannya (hamdi: 127). Berdasarkan definisi tersebut, maka dapat dikatakan bahwa self esteem merupakan bentuk evaluasi dan kesadaran individu akan seberapa besar nilai yang diberikan kepada dirinya atas apa yang telah ia dapatkan, baik menurut pandangan individu itu sendiri maupun pandangan orang lain.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Subekti (2016) menyatakan bahwa sebagian besar responden pada usia remaja memiliki harga diri yang rendah karena remaja sangat memperhatikan kesan pertama yang mereka buat terhadap orang lain. Pada kondisi ini remaja mengalami masa transisi peran dan pencarian identitas diri yang menyebabkan pandangan tidak stabil. Selanjutnya penelitian lain yang dilakukan oleh Hamidea (2017:93) dalam penelitiannya menyatakan bahwa permasalahan yang terjadi pada masa remaja yaitu citra raga yang kurang, karena banyaknya anak remaja yang memperhatikan penampilan fisik maka muncul rasa tidak percaya diri dan menarik diri dari lingkungan sehingga individu tersebut tidak mengenal identitas dirinya yang positif. Secara umum remaja wanita lebih banyak memperhatikan penampilan dibandingkan dengan remaja pria.

Selain itu ada juga penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Dewi & Nurul (2019) yaitu permasalahan harga diri pada remaja yang *broken home*. Dalam penelitan tersebut masalah yang terjadi pada remaja yang mengalami *broken home* lebih cenderung memiliki harga diri yang rendah, karena dalam kondisi seperti itu remaja mengalami kehidupan yang tidak stabil seperti remaja pada umumnya. Salah satunya yaitu remaja yang broken home akan mudah merasa tidak percaya diri dan merasa dirinya berbeda dengan temannya. Penelitian yang dilakukan oleh Chaista (2018) permasalahan yang terjadi pada remaja yang tinggal dipesantren yaitu adanya perilaku bullying yang dilakukan baik oleh teman sebaya maupun senior yang mengakibatkan individu korban *bully* merasa tidak berharga.

Selanjutnya penelitian Deby (2019:21) dalam penelitiannya menyatakan bahwa adanya kecemasan sosial ditinjau dari harga diri pada remaja status sosial ekonomi rendah hal itu dibuktikan dengan perilaku remaja yang melakukan penghindaran sosial terhadap orang lain baik dilingkungan sekolah maupun lingkungan tempat tinggal. Dan yang terakhir penilitian yang di lakukan oleh Alwawi (2013:187) dijelaskan bahwa siswa yang memiliki self esteem yang rendah mereka merasa tidak percaya diri, siswa juga tidak saling menghargai, dan cenderung mengeluarkan emosi negatif yang merugikan dirinya sendiri.

Remaja yang mempunyai self esteem tingkat tinggi akan cenderung lebih memperlihatkan rasa percaya diri, mudah berteman, bahagia, optimis, memiliki motivasi yang tinggi secara akademis maupun non akademis, berani mengambil resiko, mandiri, bertanggung jawab dan berprestasi (Guindon 2010). Dengan begitu self esteem yang positif pada diri remaja akan mendukung timbulnya rasa percaya diri dalam mengarahkan potensinya selain itu mampu bersosialisasi dengan lingkungan serta mendorong untuk mencapai prestasi di lingkungan sekolah. Sedangkan jika individu memiliki self esteem yang rendah di usia remaja memprediksi kesehatan fisik dan mental yang kurang baik. Seperti studi sebelumnya yang menemukan bahwa rendahnya self esteem pada remaja akan berpotensi menimbulkan perilaku anti sosial, gangguan makan dan depresi. Selain itu remaja yang memiliki self-esteem rendah cenderung mengembangkan strategi coping kognitif yang negatif (Erol& Ulrich, 2011).

Tingkat tinggi atau rendahnya self esteem seseorang akan berpengaruh dalam banyak hal pada kehidupan salah satunya yaitu dalam kehidupan sosialnya. Sebab, keterpuasaannya kebutuhan akan harga diri ini akan menghasilkan sikap percaya diri, rasa berharga, rasa kuat, rasa mampu dan rasa berguna. Sebaliknya, jika terhambat pemuasan kebutuhan harga diri akan menghasilkan sikap rendah diri, rasa tidak pantas, rasa lemah, rasa tidak mampu, dan rasa tidak berguna yang menyebabkan individu mengalami kehampaan, keraguan dan keputusasaan dalam menghadapi

tuntutan-tuntutan dalam hidupnya. Selain itu individu akan memiliki penilaian yang rendah. Maslow juga menegaskan bahwa rasa harga diri yang sehat lebih di dasarkan atas prestasi dari pada prestise, status atau keturunan (Koswara : 124).

Salah satu pondok pesantren yang berada di kabupaten Garut, yaitu PondokPesantren Darul Arqom Muhammadiyah. Berdasarkan informasi yang di peroleh dari salah satu guru bimbingan dan konseling Aliyah pada bulan desember 2019 permasalahan yang terjadi pada remaja Aliyah di darul arqom tidak jauh berbeda dengan individu yang menjalani sekolah umum. Yang membedakan adalah remaja di darul arqom tinggal setiap hari di lingkungan asrama dan jauh dari orangtua, selain itu jadwal Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) yang cukup padat dimulai dari selesai subuh sampai jam 9 malam dan begitu banyak mata pelajaran yang harus dipelajari oleh individu.

Berdasarkan pemaparan diatas maka Self-esteem menjadi hal yang sangat penting pada usia remaja, karena pada masa remaja ini individu mulai mencari identitas, penilaian rasa berharga dan mencoba hal baru yang ada dalam hidupnya. Menurut Guidon (2010) permasalahan self esteem yang tidak segera ditangani pada masa remaja akan menyebabkan individu tidak mengetahui value pribadi dalam dirinya, tidak mengetahui sejauh mana kapasitas kemampuan yang dimiliki, sehingga ia tidak mampu menjawab siapa dirinya dan bagaimana rencana masa depannya pada masa yang akan datang.

Dengan demikian Layanan bimbingan dan konseling pada usia remaja ini sangat penting dan diperlukan, karena pada masa ini individu memasuki usia remaja dimana tugas perkembangan masa ini masuk dalam kategori pencarian identitas diri sesuai dengan tugas perkembangannya (Nadia, 2017: 143). Salah satu layanan konseling yang dapat digunakan dalam menangani permasalahan mengenai self esteem yaitu teknik konseling Cognitive Behavior Therapy (CBT).

Pendekatan konseling kognitif perilaku merupakan konseling yang menitik beratkan pada pembenahan kognitif yang menyimpang akibat kejadian yang merugikan bagi dirinya baik secara fisik maupun psikis dan lebih melihat ke masa depan dibanding masa lalu. Aspek kognitif dalam pendekatan konseling ini antara lain yaitu mengubah cara berpikir, kepercayaan, sikap, asumsi, imajinasi dan memfasilitasi konseli untuk belajar mengenali dan mengubah kesalahan dalam aspek kognitif (Beck, 2011).

Penelitian konseling yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya mengenai layanan konseling yang dapat digunakan untuk menangani permasalahan self esteem diantaranya, pertama penelitian yang dilakukan oleh Chaista (2018) dalam penelitiannya menyatakan bahwa konseling CBT memberi pengaruh terhadap sosial support dan self esteem remaja korban bullying di pondok pesantren karena usia remaja mulai mencari identitas diri terutama di pondok pesantren, Dimana anak jauh dari orang tua, dengan begitu dibutuhkan adanya support sosial dan self esteem yang tinggi bagi remaja.

Selanjutnya penelitian lain yang dilakukan oleh Habsy (2017:93) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa layanan konseling kelompok dengan Teknik Cognitive Behavior Therapy (CBT) efektif untuk meningkatkan harga diri siswa sekolah. Bisa dikatakan efektif karena adanya perubahan positif yang dirasakan oleh klien setelah selesai melakukan konseling tersebut. Selain itu menurut Guindon (2010) menyatakan bahwa konseling Cognitive Behavior merupakan pendekatan konseling yang di nilai terbukti untuk mengintervensi dan mengatasi permasalahan mengenai harga diri pada individu dalam seluruh rentang hidup. Pemilihan konseling kognitif ini didasari oleh latar belakang harga diri yang merupakan sebuah gambaran atau evaluasi, keyakinan dasar yang bersumber pada kognitif individu. Maka konseling ini diasumsikan lebih sesuai dalam menangani permasalahan self esteem.

Dengan begitu berdasarkan data diatas maka fokus penelitian ini yaitu penelitian studi deskripsi atau profil (gambaran) yang dilaksanakan pada santri aliyah putri. Permasalahan mengenai self esteem jika tidak segera di tangani pada saat remaja maka akan menyebabkan individu tidak mengetahui value pribadi, tidak mngetahui sejauh mana kapasitasnya, sehingga ia tidak mampu menjawab siapa dirinya dan bagaimana rencana masa depannya pada masa dewasa kelak.

Harga diri merupakan suatu penilaian seorang individu terhadap dirinya sendiri. Harga diri dapat menimbulkan perasaan percaya pada diri sendiri, tetapi juga bisa menyebabkan perasaan rendah diri. Sedangkan harga diri yang rendah dapat menimbulkan sifat negatif pada seseorang. Self esteem adalah sikap komponen evaluasi diri seseorang, penilaian afektif terhadap konsep diri yang terdiri dari adanya perasaan berharga dan penerimaan yang berkembang sebagai konsekuensi dari kesadaran diri terhadap kemampuan dan umpan balik dari lingkungan luar diri individu (Guindon:2010).

Menurut Maslow, harga diri merupakan suatu kebutuhan yang harus dipenuhi oleh setiap manusia (Rohimah, 2012). Kebutuhan rasa harga diri ini oleh Maslow dibagi menjadi dua bagian, yaitu : Penghormatan atau penghargaan dari diri sendiri yang mencakup hasrat untuk memperoleh kompetensi, rasa percaya diri, kekuatan pribadi, adekuasi, kemandirian, dan kebebasan. Individu ingin mengetahui atau yakin bahwa dirinya berharga serta mampu mengatasi segala tantangan dalam hidupnya. Dan penghargaan dari orang lain antara lain adalah prestasi, dalam hal ini individu butuh penghargaan atas apa yang telah dilakukannya (Sri Mendari:2013).

Harga diri (self esteem) pada masa remaja saat ini memiliki pusat perhatian yang mendalam mengenai penilaian akan kemampuan yang dimilikinya bahkan bersikap bahwa dirinya sebagai sesuatu yang berharga dan bertanggung jawab atas dirinya sendiri (Khairunafik, 2018). Harga diri (self esteem) pada masa remaja cenderung beresiko ketika mereka mengartikan identitas dan rasa diri dalam kelompok teman sebayanya. Perubahan-perubahan yang terjadi pada masa remaja ini merupakan sumber dari diri seseorang.

Berdasarkan beberapa definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa self esteem merupakan sebuah sikap evaluasi individu terhadap komponen diri baik secara positif maupun negatif, dan adanya penilaian perasaan berharga dan penerimaan pada dirinya sendiri.

Method

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah satu bentuk penelitian ilmiah yang mengkaji permasalahan dari suatu fenomena, serta melihat kemungkinan kaitan atau hubungan-hubungannya antar variabel dalam permasalahan yang di tetapkan (Indrawan & Poppy, 2017:51). Selain itu menurut Creswell (2012) menjelaskan bahwa penelitian kuantitatif dipilih sebagai pendekatan penelitian ketika tujuan penelitian yaitu menguji teori, mengungkap suatu fakta, menghubungkan antar variabel dan memberikan deskripsi.

Sebagaimana tujuan dari pendekatan kuantitatif menurut Sugiyono (2016:8) digunakan untuk meneliti pada populasi dan sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan data instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Maka tujuan dari penelitian deskriptif ini adalah untuk membuat deskripsi, gambaran, atau lukisan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat, serta hubungan antar fenomena yang di selidiki. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran umum mengenai Self-esteem (Harga diri) pada remaja tsanawiyah pondok pesantren Darul Arqom Muhammadiyah yang berada di daerah Garut.

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk di pelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2016:117). Populasi pada penelitian ini ini adalah remaja santri aliyah putri dipondok pesantren Darul Arqom Muhammadiyah yang berada didaerah Garut yang berjumlah 280 santri.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi berskala besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu (Sugiyono, 2016: 118).

Tabel 1
Sampel Penelitian

| NO | KELAS | JUMLAH |
|----|-------|--------|
| 1 | X | 55 |
| 2 | XI | 50 |
| 3 | II | 50 |

Maka setelah dilakukan perhitungan peneliti dapat mengambil jumlah sampel dari populasi 280 santri minimal 155 santri. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan probability sampling dengan teknik random sampling. Sugiyono (2016:20) menjelaskan random sampling adalah pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu.

Tempat dan Waktu Penelitian Penelitian ini dilakukan pada santri Aliyah putri di pondok pesantren Darul Arqom Muhammadiyah daerah Garut melalui quisioner secara online.

Instrumen Penelitian. Kisi-kisi instrumen untuk mengungkap self esteem dikembangkan dari definisi operasional variabel penelitian. Model skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan skala Likret. Skala Likret digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena social (Sugiyono, 2016:134). pemilihan skala likret pada penelitian ini di dasarkan pada sifatnya yang fleksibel dan dapat digunakan untuk mengukur sikap dan pendapat seseorang. Menurut Sugiyono (2016:135) jawaban dari setiap item instrumen yang menggunakan skala Likret mempunyai gradasi seperti :

- a. Sangat Setuju
- b. Setuju
- c. Kurang Setuju
- d. Berbeda
- e. Sangat berbeda

Tabel 2
Pemberian Skor Angket Self Esteem (Harga Diri)

| SKOR | | | | | |
|------------------|----|---|----|---|----|
| Jenis Pertanyaan | SS | S | KS | B | SB |
| + | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| - | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | | | | | |

Uji Keterbacaan dilakukan kepada 15 orang siswa aliyah yang bukan merupakan santri aliyah Pondok Pesantren Darul Arqom Garut. Tujuan dari uji keterbacaan ini adalah untuk melihat sejauh mana instrument yang telah dirancang mampu dimengerti oleh santri aliyah, Validitas dan Realibitas Instrumen menggunakan SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*).

Teknik Pengumpulan Data Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan angket (*quesioner*) untuk mengungkapkan self-esteem (Harga diri) pada santri Aliyah putri di pondok pesantren Darul Arqom Muhammadiyah Garut. Quesioner merupakan bentuk teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Quesioner merupakan teknik pengumpulan data yang efisien bila peneliti tahu dengan pasti variabel yang akan diukur dan tahu apa yang bisa diharapkan dari responden (Sugiyono, 2016:199).

Pemilihan teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen yang telah disusun oleh peneliti yakni berupa angket agar data yang diperoleh sesuai dengan kebutuhan dan dapat menunjang tujuan penelitian. Data yang diperlukan dalam penelitian ini yaitu data terkait dengan self esteem pada remaja aliyah putri di pondok pesantren darul arqom garut. Pengumpulan data dilakukan bersamaan dengan uji coba instrumen sebagai uji validitas. Data yang diperoleh kemudian di analisis oleh peneliti, analisis data digunakan untuk mengetahui gambaran self esteem.

Tabel 3

Kategorisasi Self Esteem Remaja Aliyah Putri

| SKOR | KATEGORISASI |
|--------------|---------------|
| 151 > 169 | Sangat Tinggi |
| 131 <X ≤ 151 | Tinggi |
| 112 <X ≤ 132 | Cukup |
| 93 <X ≤ 112 | Rendah |
| 75 ≤ 93 | Sangat Rendah |
| 75 ≤ 93 | Sangat Rendah |

Results and Discussion

Pesantren Darul Arqom Muhammadiyah Garut. Hasil penelitian mengenai gambaran umum Self Esteem remaja aliyah putri Pondok Pesantren Darul Arqom Muhammadiyah Garut diperoleh dari hasil penyebaran instrument atau kuesioner secara online mengenai self esteem pada remaja aliyah putri. Menunjukkan gambaran self esteem yang dikategorikan dalam 5 kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, cukup, rendah dan sangat rendah berdasarkan rata-rata sebesar 122 dan simpangan baku 16, kemudian pengelompokan yang dilakukan sesuai dengan rentang skor yang diperoleh oleh remaja aliyah putri. Berikut gambaran self esteem remaja aliyah putri di pondok pesantren Darul Arqom Muhammadiyah Garut yang dimuat dalam tabel 4.1 dibawah ini:

Tabel 4

Gambaran Umum Self Esteem remaja Aliyah putri di Pondok Pesantren Darul Arqom Muhammadiyah Garut

| Kategori | Rentang | Frekuensi | % |
|---------------|-----------|-----------|-----|
| Sangat Tinggi | 152 - 169 | 4 | 2% |
| Tinggi | 133 - 151 | 20 | 13% |
| Cukup | 113 - 132 | 63 | 41% |
| Rendah | 94 - 112 | 51 | 33% |
| Sangat Rendah | 75 - 93 | 17 | 11% |

Berdasarkan data hasil penelitian gambaran umum self esteem remaja aliyah putri di Pondok Pesantren Darul Arqom Muhammadiyah Garut menunjukkan adanya keberagaman tingkat self esteem. Gambaran umum self esteem remaja aliyah putri Pondok Pesantren Darul Arqom Muhammadiyah Garut berada pada tingkat kategori cukup. Hasil ini menunjukkan bahwa kecenderungan remaja aliyah putri memperlihatkan memiliki self esteem yang relatif sedang pada beberapa aspek dan indikator.

Dari 155 remaja aliyah putri Pondok Pesantren Darul Arqom Garut tahun ajaran 2020/2021, sebanyak 4 remaja aliyah putri mencapai tingkat self esteem yang sangat tinggi dengan persentase 2% artinya remaja putri tersebut sudah memiliki gambaran self esteem yang baik.

Selanjutnya terdapat 20 remaja aliyah putri yang mempunyai gambaran self esteem pada kategori tinggi dengan persentase 13%, artinya remaja putri sudah mampu melakukan introspeksi diri ketika mengalami kegagalan dengan baik, siswa dapat menerima kritikan yang diberikan oleh orang lain dengan baik, siswa tidak mudah putus asa ketika mengalami kegagalan, siswa dapat menghargai keberhasilan yang telah diraih dengan baik, siswa dapat menghargai usaha yang telah dilakukan dengan cara yang baik, siswa dapat mensyukuri kelebihan yang dimiliki dengan baik, siswa dapat menerima kekurangan yang dimiliki dengan baik sesuai dengan kondisi yang dialaminya, siswa dapat melakukan banyak hal sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya dengan baik, siswa mampu bersosialisasi dilingkungan sekitarnya dengan baik sesuai dengan usia dan keadaan lingkungan, siswa mampu aktif dilingkungan sekolah baik di dalam ataupun diluar kelas dengan baik seperti aktif di dalam kelas ketika kegiatan pembelajaran sedang berlangsung atau aktif diluar kelas mengikuti organisasi yang ada pada sekolah dengan baik.

Dan sebanyak 63 remaja aliyah putri berada pada kategori cukup dengan persentase 41%, artinya remaja putri sudah cukup mampu dalam melakukan introspeksi diri ketika mengalami kegagalan dengan baik, siswa dapat menerima kritikan yang diberikan oleh orang lain dengan baik, siswa tidak mudah putus asa ketika mengalami kegagalan, siswa dapat menghargai keberhasilan yang telah diraih dengan baik, siswa dapat menghargai usaha yang telah dilakukan dengan cara yang baik, siswa dapat mensyukuri kelebihan yang dimiliki dengan baik, siswa dapat menerima kekurangan yang dimiliki dengan baik sesuai dengan kondisi yang dialaminya, siswa dapat melakukan banyak hal sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya dengan baik, siswa mampu bersosialisasi dilingkungan sekitarnya dengan baik sesuai dengan usia dan keadaan lingkungan, siswa mampu aktif dilingkungan sekolah baik di dalam ataupun diluar kelas dengan baik seperti aktif di dalam kelas ketika kegiatan pembelajaran sedang berlangsung atau aktif diluar kelas mengikuti organisasi yang ada pada sekolah dengan baik.

Selanjutnya terdapat 51 remaja aliyah putri yang rendah dalam gambaran self esteem dengan persentase 33%, dan yang memiliki self esteem sangat rendah terdapat 17 remaja aliyah putri dengan persentase 11%, artinya remaja aliyah

putri masih kurang dalam self esteem dan sangat di butuhkan adanya bantuan untuk meningkatkan self esteem pada remaja tersebut.

Maka dapat disimpulkan bahwa secara umum siswa remaja Aliyah putri Pondok Pesantren Darul Arqom Muhammadiyah Garut berada pada kategori cukup, tetapi masih terdapat remaja aliyah putri yang berada pada kategori rendah dan sangat rendah pada beberapa aspek dan indikator. Dengan begitu dibutuhkan adanya layanan bantuan yang mampu meningkatkan self esteem pada remaja

Conclusions

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang diperoleh kesimpulan dari penelitian self esteem pada remaja aliyah putri Pondok Pesantren Darul Arqom Muhammadiyah Garut diharapkan dapat menjadi informasi dan acuan dalam pelaksanaan layanan konseling untuk meningkatkan self esteem pada remaja. Berikut kesimpulannya yaitu:

Gambaran umum self esteem remaja aliyah putri Pondok Pesantren Darul Arqom Muhammadiyah Garut berada pada kategori cukup berdasarkan hasil yang ditunjukkan oleh persentase skor pada setiap aspeknya. Aspek yang pertama yaitu kemampuan dalam lingkungan mencapai skor 64,19% pada indikator mampu bersosialisasi dan aktif dilingkungan sekolah. Aspek kedua kesadaran atas kompetensi diri dengan skor persentase 56,03%. Aspek ketiga ialah evaluasi komponen diri dengan skor persentase 51,17. Aspek keempat ialah penerimaan diri dengan skor persentase 50,79%. Dan yang terakhir aspek perasaan berharga dengan skor persentase 44,38%. Secara umum gambaran self esteem pada remaja aliyah putri berada pada kategori cukup, tetapi masih terdapat beberapa skor individu yang rendah hal ini mengandung arti bahwa remaja aliyah putri belum sepenuhnya memiliki self esteem yang tinggi.

Dari hasil penelitian tidak terdapat perbedaan antara tingkatan kelas 10,11 dan 12 dari profil self esteem remaja aliyah putri Pondok Pesantren Darul Arqom Garut.

Implikasi layanan konseling dibuat dalam Rencana Layanan Konseling mengenai self esteem pada remaja aliyah putri berupa layanan konseling individu menggunakan teknik konseling Cognitive Behavior Therapy untuk meningkatkan self esteem remaja putri yang rendah.

Acknowledgments

References

- Al Bakhruhin, Habsy (2017). *Model Konseling Kelompok Cognitive Behavior untuk Penanganan Self-esteem Siswa SMK*. Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan. Volume 01, Number 02.
- Arfina dewi & Nurul H (2019). *Studi kasus self esteem terhadap remaja yang orangtuanya broken home*. Jurnal serunai bimbingan dan konseling. Vol 8, No 2.
- Beck, Judith S. (2011). *Cognitive Behavior Therapy Basic and Beyond, Second Edition*. New York: The Guilford Press.
- Erol, R.Y., & Urich, O. (2011). *Self esteem Development From Age 14-30 Years : A Longitudinal Study*. Jurnal of personality and social psychology, 101,3,603-619.
- Guidon, Marry H. (2010). *Self esteem across the lifespan : issue and interventions*. NY: Taylor and Francis Group.
- Guindon, M.H. (2009). *Self-esteem across the lifespan : Issue and Interventions*.
- Indrawan & Poppy (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Campuran untuk Manajemen, Pembangunan dan Pendidikan*. Bandung, PT Refika Aditama.
- Koswara, E (1991). *Teori-teori kepribadian*. Bandung: PT Aresco. Hal 124.
- M. Hamdi (2016). *Teori kepribadian sebuah pengantar*. Bandung : Alfabet. Hal 127.
- Refnadi (2018). *KONSEP SELF-ESTEEM SERTA IMPLIKASINYA PADA SISWA*. Jurnal Pendidikan Indonesia. Volume 4, Nomor 1, Hlm 16-22.
- Rosenberg, M., & Owens, T.J. (2001), *Low self-esteem people : A collective*. In T.J. Owens, S. Stryker, N. Goodman (EDS.), *Extending self-esteem theory and research* (pp. 1-9). New York Cambridge University Press.
- Santrock, J., W (2012). *Life-span development perkembangan masa-hidup*. Erlangga
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta

Yusuf, Syamsu & Nurihsan, A. Juntika. (2012). *Teori Kepribadian*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Yusuf, Syamsu & Nurihsan, A. Juntika. (2016). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.