

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Citra Diri

1. Pengertian Citra Diri

Citra diri adalah gambaran mengenai diri individu, berdasarkan kamus psikologi self image atau gambaran diri adalah jati diri seperti yang digambarkan atau yang dibayangkan (Chaplin, 2006).

Citra diri (*self image*) adalah persepsi tentang diri kita sendiri, dan seringkali tidak kita sadari, karena memiliki bentuk yang sangat halus atau abstrak. Citra diri lebih bersifat *global* dan bersifat sebagai payung besar yang menaungi seluruh kecenderungan tindakan kita dalam berpikir atau bertindak. Citra diri juga sering dianalogikan sebagai kartu identitas diri yang kita perkenalkan kepada semesta alam (Salmaini, 2011).

Maltz (1994) juga memberikan pengertian mengenai citra diri, yaitu konsep yang dimiliki individu atas pilihannya sebagai individu sendiri. Ini merupakan produk dari pengalaman masa lalu, kesuksesan dan kegagalan, penghinaan dan penghargaan, dan reaksi orang lain terhadap diri individu (Maltz, 1994). Di samping itu Burn (1993) memberikan definisi dari citra diri yaitu apa yang dilihat seseorang ketika dia melihat dirinya sendiri. Sedangkan Brown (1998) menggunakan istilah *self knowledge* yang memiliki arti sama dengan citra diri yang dikemukakan

oleh tokoh lain yaitu sebagai apa yang ingin individu pikirkan tentang dirinya.

Citra diri merupakan persepsi seseorang mengenai keberadaan fisik dan karakteristiknya, seperti kejujuran, rasa humor, hubungannya dengan orang lain, apa yang dimilikinya, serta kreasi-kreasinya (Louden dan Biua). Setiap orang akan mempunyai citra diri tentang dirinya sendiri, baik tentang citra diri yang sebenarnya (*real self*), maupun citra diri yang diinginkannya (*ideal self*). Kemampuan yang dimiliki, keadaan lingkungan, dan sikap serta pendapat pribadinya akan mempegaruhi seseorang dalam bentuk citra dirinya (Burns).

Citra diri merupakan salah satu segi dari gambaran diri yang berpengaruh pada harga diri (Centi, 1993). Citra diri merupakan bagian dari konsep diri yang berkaitan dengan sifat-sifat fisik. Citra diri merupakan gambaran seseorang mengenai fisiknya sendiri (Pratt, 1994).

Senada dengan hal tersebut, Burns (1993) mengatakan bahwa citra diri merupakan gambaran yang dimiliki seseorang tentang dirinya sendiri sebagai makhluk yang berfisik, sehingga citra diri sering dikaitkan dengan karakteristik-karakteristik fisik termasuk di dalamnya penampilan seseorang secara umum, ukuran tubuh, cara berpakaian, model rambut dan pemakaian kosmetik. Pendapat ini didukung oleh Susanto (2001), citra diri merupakan konsep yang kompleks meliputi kepribadian, karakter, tubuh dan penampilan individu.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan oleh peneliti bahwa citra diri adalah gambaran individu mengenai penampilan fisik dan perasaan yang menyertainya baik dalam bagian-bagian tubuhnya maupun terhadap keseluruhan tubuh berdasarkan penilaiannya sendiri yang dipengaruhi oleh beberapa aspek dan dapat dibentuk sesuai yang keinginan individunya.

Brown (1998) mengungkapkan bahwa ada tiga aspek dalam pengetahuan akan diri sendiri yaitu:

- a. Dunia fisik (*physical world*)

[illegible]

b. Dunia Sosial (*social world*)

1) Perbandingan Sosial (*social comparison*)

Serupa dengan dunia fisik, dunia sosial juga membantu memberi gambaran diri melalui perbandingan dengan orang lain. Pada umumnya individu memang cenderung membandingkan dengan individu lain yang dianggap sama dengannya untuk memperoleh gambaran yang menurut mereka adil. Akan tetapi tidak jarang individu membandingkan dirinya dengan individu yang lebih baik (disebut *upward comparison*) atau yang lebih buruk (*downward comparison*) sesuai dengan tujuan mereka masing-masing.

2) Penilaian yang tercerminkan (*reflected apraisal*)

[illegible]

bawa individu lucu.

c. Dunia dalam/ psikologis (*inner/ psychological world*)

Sedangkan untuk sumber berupa penilaian dari dalam diri individu, ada tiga hal yang dapat mempengaruhi pencapaian pemahaman akan citra diri individu, yaitu:

1) Instrospeksi (*introspection*)

Introspeksi dilakukan agar individu melihat kepada dirinya untuk mencari hal-hal yang menunjang dirinya. Misalnya seseorang yang merasa dirinya pandai, bila berintrospeksi akan melihat berbagai kejadian dalam hidupnya, misalnya bagaimana dirinya menyelesaikan masalah, menjawab pertanyaan, dan sebagainya.

2) Proses mempersepsi diri (*self perception process*)

Proses ini memiliki kesamaan dengan intropeksi, namun bedanya adalah bahwa proses mempersepsi diri dilakukan dengan melihat kembali dan menyimpulkan seperti apa dirinya setelah mengingat-ingat ada tidaknya atribut yang dicarinya di dalam kejadian-kejadian di hidupnya. Sedangkan introspeksi dilakukan sebaliknya.

3) Atribusi kausal (*causal attributions*)

Cara ini dilakukan dengan mencari tahu alasan dibalik perilaku. Weiner (dalam Brown, 1998) mengatakan bahwa atribusi kausal adalah dimana individu menjawab pertanyaan

b. Conceptual Component

c. Attitudinal Component

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Citra Diri

a. Faktor Perilaku

- [illegible]

Melumpuhkan diri sendiri, individu memunculkan sendiri perilaku tertentu yang mengeluarkan kekurangannya.

4) Bukti yang memperjelas perilaku mencari info strategis, individu cenderung menghindari situasi dimana kekurangannya dapat terlihat dan individu cenderung mencari masukan untuk hal yang mudah diperbaiki dari hasil kemampuan mereka.

1) Interaksi Selektif, individu bisa memilih dengan siapa ia ingin bergaul.

4. Citra Diri positif dan Citra Diri Negatif

[illegible]

dalam memandang dirinya yang mengekspresikan sikap menerima atau menolak, juga mengindikasikan besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuannya, keberartiannya, kesuksesan dan keberhargaannya.

Menurut Santrock (2002) *self-esteem* merupakan dimensi evaluatif global dari diri. Harga diri juga diacu sebagai nilai diri. Evaluasi ini memperlihatkan bagaimana individu menilai dirinya sendiri dan diakui atau tidaknya kemampuan dan keberhasilan yang diperolehnya. Penilaian tersebut terlihat dari penghargaan mereka terhadap keberadaan dan keberartian diri. Individu yang mempunyai harga diri positif akan menghargai dan menerima dirinya apa adanya. Begitupun dengan Baron dan Byrne (2003:173) yang mendefinisikan bahwa *self-esteem* adalah evaluasi diri yang dibuat oleh setiap individu, sikap seseorang terhadap dirinya sendiri dalam rentang dimensi positif-negatif.

Menurut Coopersmith (1967:5) *self-esteem* merupakan evaluasi individu mengenai hal-hal yang berkaitan dengan dirinya, yang mengekspresikan sikap menerima atau menolak, juga mengindikasikan besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuan, keberartian, kesuksesan dan keberhargaannya. Hal tersebut diperoleh dari interaksinya dengan lingkungan, seperti adanya penghargaan, penerimaan dan perlakuan orang lain terhadap individu yang bersangkutan. Sedangkan Dariuszky (2004) mengemukakan *self-esteem* sebagai penilaian seseorang bahwa dirinya mampu menghadapi tantangan hidup dan mendapat kebahagiaan.

Atwater (dalam Dariuszky, 2004) mengemukakan, sebenarnya *self-esteem* adalah cara seseorang merasakan dirinya sendiri, dimana

seseorang akan menilai tentang dirinya sehingga mempengaruhi perilaku dalam kehidupannya sehari-hari. Seseorang yang memiliki *self-esteem* yang tinggi, lebih menghargai dirinya atau melihat dirinya sebagai sesuatu yang bernilai dan dapat mengenali kesalahan-kesalahannya, tetapi tetap menghargai nilai-nilai yang ada pada dirinya (Rosenberg, dalam Sara Burnett dan Wright, 2002).

Menurut Worchel, dkk. (dalam Dayaksini dan Hudaniyah 2009) “*self-esteem* adalah komponen evaluatif dari konsep diri, yang terdiri dari evaluasi positif dan negatif tentang diri sendiri yang dimiliki seseorang”. Individu yang mempunyai pandangan positif dan keyakinan atas kemampuan yang dimiliki akan memberi penghargaan pada dirinya sendiri. Individu yang menilai dirinya positif cenderung untuk bahagia, sehat, berhasil dan dapat menyesuaikan diri. Sebaliknya orang yang menilai dirinya negatif secara relatif tidak sehat, cemas, tertekan dan pesimis tentang masa depannya dan mudah atau cenderung gagal. Selain itu Minchinton (1993) juga mendefinisikan harga diri yaitu harga yang kita tempatkan pada diri kita. Selanjutnya Minchinton (1993) memberikan penjelasan bahwa harga diri adalah penilaian dari keberhargaan diri sebagai manusia, berdasarkan pada setuju atau tidak setuju dari diri kita dan perilaku kita.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan oleh peneliti bahwa *self-esteem* merupakan penilaian diri baik positif maupun negatif, yang memperlihatkan bagaimana individu menilai dirinya sendiri dan mempengaruhi besarnya kepercayaan individu pada kemampuan, keberartian, kesuksesan dan keberhargaannya.

4) *Virtue* (Kebajikan)

Menunjukkan adanya suatu ketaatan untuk mengikuti standar moral, etika dan agama. Seseorang yang mengikuti kode etik dan moral yang telah mereka terima dan terinternalisasi di dalam diri mereka berasumsi bahwa perilaku diri yang positif ditandai dengan keberhasilan memenuhi kode-kode tersebut. Perasaan harga diri seringkali diwarnai dengan kebajikan, ketulusan, dan pemenuhan spiritual.

Nilai diperoleh dari pengalaman dan apa yang ditanamkan oleh orang tua sejak kecil pada diri individu. Penilaian atau evaluasi diri individu ditentukan oleh keyakinan-keyakinan individu mengenai bagaimana orang lain mengevaluasi dan memberikan penilaian atas dirinya (*society's judgement*). Penilaian dari lingkungan tersebut akan menginternalisasi dan menjadi batasan tingkah laku individu. Penilaian terhadap kesuksesan dan kegagalan dalam melakukan sesuatu sebagai bagian dari identitas diri dapat membuat individu merasa berharga, baik secara pribadi maupun secara sosial. Individu yang mempunyai *self-*

c. Pertahanan

Individu yang berharga diri tinggi mampu mengatasi penyebab stress dan situasi yang membingungkan atau sulit dan mempunyai aspirasi serta tujuan di dalam hidupnya. Mereka mempunyai pertahanan di dalam diri mereka dengan cara memberikan kepercayaan dan dukungan kepada orang lain bahwa dia juga mempunyai kemampuan. Dalam hal ini, pertahanan yang dimaksud tidak hanya mengatasi kecemasan tetapi juga mampu menginterpretasi bahwa individu tersebut mampu memimpin orang lain secara aktif dan asertif. Sebaliknya, individu dengan *self-esteem* rendah sulit mengatasi kecemasan dan tidak mampu menjadi pemimpin yang aktif dan asertif.

3. Tingkatan *Self-esteem*

Menurut Baron dan Byrne (2005) memiliki *self-esteem* tinggi berarti individu menyukai dirinya sendiri atau dengan kata lain mengevaluasi dirinya secara positif. Evaluasi ini sebagian berasal dari pendapat orang lain dan sebagian lagi berasal dari pengalaman khusus. Sedangkan menurut Coopersmith (Muryono 2011) dijelaskan bahwa anak-anak yang memiliki *self-esteem* tinggi akan menjadi anak yang sukses, aktif, percaya diri dan optimis. Sebaliknya yang *self-esteem* rendah akan mengalami depresi, tertutup dan penakut.

Brehm dan Kassin (Dayaksini dan Hudaniah 2006) mengemukakan bahwa individu dengan *self-esteem* tinggi mempunyai pandangan positif dan keyakinan atas kemampuan yang dimiliki akan memberi penghargaan pada dirinya sendiri. Individu yang menilai dirinya positif cenderung untuk bahagia, sehat, berhasil dan dapat menyesuaikan diri. Sebaliknya orang yang menilai dirinya negatif secara relatif tidak sehat, cemas, tertekan dan pesimis tentang masa depannya dan mudah atau cenderung gagal. Orang yang harga dirinya rendah memiliki suatu sikap mengalah diri (*self-defeating*) yang dapat memperangkap diri mereka sendiri ke dalam suatu lingkaran setan. Biasanya karena mereka mengharapkan kegagalan, mereka menjadi cemas, menunjukkan usaha-usaha yang sedikit/kecil dan menghilangkan tantangan-tantangan penting dalam kehidupan mereka. Kemudian ketika mereka gagal melakukannya, orang yang harga dirinya rendah menyalahkan diri mereka sendiri, pada gilirannya hal ini mengarahkan mereka untuk merasa lebih tidak kompeten lagi.

b. Perasaan tentang Hidup

- [illegible]

Menghargai orang lain. Individu dengan toleransi dan penghargaan yang sama terhadap semua orang yang berarti memiliki harga diri yang baik. Ia percaya bahwa setiap orang termasuk dirinya memiliki hak yang sama dan patut dihormati.

Bijaksana dalam hubungan. Menerima keberadaan individu lain, fleksibel, dan bertanggung jawab dalam hubungan. Individu dapat melihat semua orang adalah layak dan pantas. Individu dengan harga diri yang tinggi mampu memandang hubungannya dengan orang lain secara bijaksana.

- 1) Menghargai orang lain. Individu dengan toleransi dan penghargaan yang sama terhadap semua orang yang berarti memiliki harga diri yang baik. Ia percaya bahwa setiap orang termasuk dirinya memiliki hak yang sama dan patut dihormati.
- 2) Bijaksana dalam hubungan. Menerima keberadaan individu lain, fleksibel, dan bertanggung jawab dalam hubungan. Individu dapat melihat semua orang adalah layak dan pantas. Individu dengan harga diri yang tinggi mampu memandang hubungannya dengan orang lain secara bijaksana.

- 1) Menghargai orang lain. Individu dengan toleransi dan penghargaan yang sama terhadap semua orang yang berarti memiliki harga diri yang baik. Ia percaya bahwa setiap orang termasuk dirinya memiliki hak yang sama dan patut dihormati.
- 2) Bijaksana dalam hubungan. Menerima keberadaan individu lain, fleksibel, dan bertanggung jawab dalam hubungan. Individu dapat melihat semua orang adalah layak dan pantas. Individu dengan harga diri yang tinggi mampu memandang hubungannya dengan orang lain secara bijaksana.

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self-esteem*

Menurut pendapat Centi (2005) faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *self-esteem* adalah, sebagai berikut:

a. Orang Tua

Dalam hal informasi atau cermin tentang diri kita, orang tua memegang peranan paling istimewa. Jika mereka secara tulus dan konsisten menunjukkan cinta dan sayang kepada kita, kita dibantu untuk memandang diri kita pantas untuk dicinta, baik oleh orang lain maupun oleh diri kita sendiri. Sebaliknya, jika orang tua kita tidak memberi kehangatan, penerimaan dan cinta dalam hubungan kita dengan mereka,

Kita mungkin tumbuh dengan rasa ragu-ragu mengenai kepantasan kita untuk dicinta dan diterima. Jika mereka menghargai kita, kita melihat diri kita sebagai yang berharga. Tetapi jika tanggapan mereka terhadap kita hanya berupa kritik, koreksi dan hukuman melulu, kita mungkin menyangkal kebaikan kita sebagai pribadi dan menjadi yakin bahwa kita pantas untuk diperlakukan buruk.

Penilaian yang orang tua kenakan kepada kita untuk sebagian besar menjadi penilaian yang kita pegang tentang diri kita. Harapan mereka terhadap kita, kita masukkan kedalam cita-cita diri kita. Harapan itu merupakan salah satu patokan penting yang kita pergunakan untuk menilai kemampuan dan prestasi kita. Jika kita tidak mampu memenuhi sebagian besar harapan itu, atau jika keberhasilan kita tidak diakui oleh orang tua kita, kita mungkin mengembangkan rasa tidak becus dan harga diri rendah. Dengan beribu cara, orangtua memberitahu tentang siapa kita. Pemberian tahu itu mempengaruhi apa yang kita pikir tentang diri kita. Orangtua yang terlalu memperhatikan, yang gampang cemas, yang merasa harus dekat dengan anak terus-menerus, mudah menghasilkan anak yang takut-takut dan tidak aman.

Jika orang tua meninggal dan tidak ada penggantinya, anak-anak akan mendapat kesulitan untuk membentuk gambaran yang positif. Jika orang tua menunjukkan minat dan perhatian kecil saja kepada anak-anak mereka, ada kemungkinan besar, anak mendapat gambaran diri yang negatif terhadap diri mereka. Tanggapan balik dari orangtua merupakan

b. Sekolah

Tokoh utama di sekolah adalah guru. Pribadi, sikap, tanggapan dan perlakuan seorang guru membawa dampak besar bagi penanaman gagasan dalam pikiran siswa tentang diri mereka. Untuk kebanyakan siswa, guru merupakan model. Mereka tampak menguasai banyak bidang ilmu pengetahuan dan pandai. Sikap, tanggapan dan perlakuan guru amat besar pengaruhnya bagi pengembangan harga diri siswa. Karena segala itu dilakukan dan dikemukakan di muka umum, di muka kelas. Siswa yang banyak diperlakukan buruk (dihukum dan ditegur) cenderung lebih sulit mengembangkan kepercayaan dan harga diri. Sebaliknya siswa yang banyak dipuji, mendapat penghargaan dan diberi hadiah karena prestasi studi, seni atau olahraga cenderung lebih mudah membentuk konsep-konsep diri yang positif.

Salah satu segi dalam pendidikan di sekolah, entah secara tertutup atau terbuka adalah persaingan antarsiswa baik dalam satu kelas maupun di sekolah secara keseluruhan. Ada kompetisi dalam studi, seni, olahraga, cari pacar. Semua kompetisi dan persaingan itu menghasilkan pemenang dan penderita kalah. Siswa yang kerap menang dalam kompetisi tentu saja lebih mudah mendapatkan kepercayaan dan harga diri. Sebaliknya yang selalu kalah lebih sulit mengembangkan konsep diri yang positif.

Harga diri kita juga dipengaruhi oleh perlakuan masyarakat terhadap kita. Bila kita sudah mendapat cap buruk dari masyarakat sekitar kita, sulit bagi kita untuk mengubah gambaran diri kita yang jelek. Lebih parah lagi bila kita hidup dalam masyarakat diskriminatif, dimana dikenal istilah mayoritas dan minoritas. Bila kita ada di pihak mayoritas harga diri kita lebih mendapat angin untuk berkembang. Sementara bila kita menjadi anggota kelompok minoritas dan banyak mengalami perlakuan buruk dari kelompok mayoritas, lebih sulit bagi kita untuk menerima dan mencintai diri kita.

Banyak pandangan tentang diri kita dipengaruhi juga oleh pengalaman keberhasilan dan kegagalan kita. Keberhasilan studi, bergaul, berolah raga dan seni atau berorganisasi lebih mudah mengembangkan harga diri kita. Sedang kegagalan ini sudah mulai terjadi sejak masa kecil kita dan akan tetap terjadi selama hidup kita. Pengalaman-pengalaman kegagalan dapat amat merugikan perkembangan harga diri dan gambaran diri yang baik. Bila kegagalan-kegagalan terus menerus menimpa diri kita, gambaran diri kita dapat hancur.

a. Ikatan Batin

Ikatan batin adalah suatu bentuk hubungan pribadi misalnya antara anak dan ibu khususnya melalui asosiasi yang konstan ataupun sering. Proses pembentukan ikatan batin antara ibu dan anak dimulai jauh sebelum kelahiran sang bayi. Selama sembilan bulan masa kehamilan, lingkungan dalam kandungan amat penting bagi perkembangan janin, kondisi fisik dan emosional sang ibu memainkan peranan penting dalam penciptaan lingkungan ini. Peristiwa-peristiwa yang dialami sang ibu terkadang sedemikian kuat pengaruhnya sehingga sang janin “terpaksa” lahir secara prematur di dunia ini.

Para bayi yang lahir prematur terkadang takut sekali terhadap ibunya, bila sang bayi lahir cacat, sebagian ibu tidak mampu menerima kehadiran bayinya tersebut. Akibatnya, ikatan batin antara sang anak dengan sang ibu menjadi terganggu. Terganggunya ikatan batin pada saat-saat dini ini, cenderung menyebabkan merosotnya harga diri dan kepercayaan diri sang ibu yang baru melahirkan tersebut. Buruknya lagi, harga diri dan kepercayaan diri yang merosot ini cenderung tertular kepada sang bayi melalui proses pengasuhan dan pemeliharaannya.

Ikatan batin antara anak dengan ayah sering dianggap sama pentingnya dengan ikatan batin antara anak tersebut dengan sang ibu. Anak-anak yang sedang tumbuh perlu mengalami perasaan diinginkan dan dicintai kedua orang tuanya. Bila cinta yang diperolehnya kurang

d. Pengalaman Sekolah

Penerimaan oleh teman-teman sebaya merupakan faktor penting dalam hidup setiap anak. Ada banyak sekali hal yang menyebabkan harga diri anak lebih sering direndahkan ketimbang ditingkatkan. Bagi banyak anak, hari-hari bersekolah dipandang sebagai masa penyucian atau pembersihan jiwa secara paksa dan hal ini berpengaruh buruk terhadap proses belajarnya, pada gilirannya, hal ini juga akan berpengaruh negatif terhadap pertumbuhan harga dirinya. Tuntutan berperilaku tertentu dari teman-teman sebaya sering ada hubungannya dengan upaya mendapatkan penerimaan dan pengakuan, dan seorang remaja yang harga dirinya telah terganggu akibat perasaan ditolak, mungkin tidak akan kuat menanggung tuntutan teman-temannya atas perilaku sang anak remaja tersebut.

a. Pengalaman dalam Keluarga

Harga diri tidak berhenti pertumbuhannya ketika seseorang telah memasuki masa dewasa. Harga diri merupakan proses yang bisa meningkat atau sebaliknya merosot, yang berlangsung terus-menerus sepanjang usia, akan tetapi landasan bagi suatu harga diri yang sehat dibangun pada masa kanak-kanak. Peristiwa-peristiwa kehidupan seringkali terasa seakan-akan berkomplot untuk menghantam diri kita, dan pukulan atau hantaman emosional bisa menghancurkan harga diri kita, misalnya pukulan batin akibat perceraian yang penuh percekcoakan, kematian suami atau isteri seseorang, kelahiran seorang bayi cacat, atau jatuh sakit.

a. Pengalaman dalam Keluarga

7.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Umpan Balik dalam *Performance*

c. Perbandingan Sosial

Berdasarkan uraian di atas, dapat diketahui bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *self-esteem* yaitu terdiri dari faktor internal dan

Menurut Coopersmith (1967) dalam penelitiannya mengenai *self-esteem* berusaha mengelompokkan subjek menjadi tiga kelompok, yaitu individu dengan *self-esteem* tinggi, individu dengan *self-esteem* sedang, dan individu dengan *self-esteem* rendah. Masing-masing kelompok mempunyai ciri-ciri tersendiri. Uraian mengenai ciri-ciri dan masing-masing kelompok tersebut adalah sebagai berikut:

Individu dengan *self-esteem* tinggi adalah individu yang yakin atas karakter dan kemampuan dirinya. Individu tersebut mempunyai ciri-ciri seperti aktif, ekspresif, cenderung berhasil dalam akademik dan kegiatan sosial, percaya diri yang didasarkan pada kemampuannya, ketrampilan sosial dan kualitas pribadinya. Selain itu, lebih mandiri, kreatif, dan yakin akan pendapatnya serta mempunyai motivasi untuk menghadapi masa depan cenderung mempunyai ambisi dan cita-cita yang tinggi. Individu tersebut akan menerima dan memberikan penghargaan positif terhadap dirinya sehingga akan menumbuhkan rasa aman dalam menyelesaikan diri atau bereaksi terhadap stimulus dari lingkungan sosial.

Menurut Baron dan Byrne (2005) memiliki *self-esteem* tinggi berarti individu menyukai dirinya sendiri atau dengan kata lain mengevaluasi dirinya secara positif. Evaluasi ini sebagian berasal dari pendapat orang lain dan sebagian lagi berasal dari pengalaman khusus. Sementara menurut Coopersmith (Sigit Muryono 2011) dijelaskan bahwa anak-anak yang memiliki *self-esteem* tinggi akan menjadi anak yang sukses, aktif, percaya diri dan optimis. Sebaliknya yang *self-esteem* rendah akan mengalami depresi, tertutup dan penakut.

Dalam pandangannya secara rinci, Dariuszky (2004) berpendapat bahwa karakteristik individu yang memiliki *self-esteem* tinggi adalah sebagai berikut:

- a. Pada umumnya, mereka tidak terlalu khawatir dengan keselamatan hidupnya dan lebih berani mengambil risiko.
- b. Mereka bersedia mempertanggung jawabkan kegagalan maupun kesalahannya.
- c. Mereka mempunyai harapan-harapan yang positif dan realistis atas ikhtiarnya maupun hasil ikhtiarnya.
- d. Mereka dapat menemukan bukti atau alasan yang kuat untuk menghargai diri mereka atas keberhasilan yang mereka raih.
- e. Pada umumnya, mereka memandang dirinya sama dan sederajat dengan orang lain.
- f. Mereka cenderung melakukan aktivitas-aktivitas yang bertujuan memperbaiki atau menyempurnakan dirinya.

- g. Mereka relatif puas dan berbahagia dengan keadaan hidupnya.
Kemampuannya cukup bagus dalam hal menyesuaikan diri.
- h. Umumnya mereka memiliki perasaan-perasaan yang positif.

Selanjutnya Dariusky (2004) juga menjelaskan karakteristik individu yang memiliki *self-esteem* rendah sebagai berikut:

- a. Mereka sering sulit menemukan hal-hal yang positif dalam tindakan yang mereka lakukan.
- b. Mereka cenderung cemas mengenai hidupnya, dan cenderung kurang berani mengambil risiko.
- c. Mereka cenderung kurang menghargai keberhasilan yang mereka raih.
- d. Mereka terlalu peduli akan tanggung jawabnya atas kegagalan yang mereka perbuat, dan sering mencari-cari dalih untuk membuktikan bahwa mereka telah bertindak buruk.
- e. Mereka merasa rendah diri ketika berhadapan dengan orang lain.
- f. Mereka cenderung tidak termotivasi oleh keinginan untuk memperbaiki dan menyempurnakan diri tetapi melakukan segala hal yang mampu mereka lakukan hanya untuk melindungi diri mereka dari kegagalan atau kekecewaan, jadi bukan karena termotivasi untuk menyempurnakan diri.
- g. Mereka kurang puas dan kurang berbahagia dengan hidupnya, dan kurang mampu menyesuaikan diri.
- h. Pikiran mereka cenderung mudah terserang perasaan depresi, putus asa, dan niat bunuh diri.

1. Pengertian Remaja

Masa remaja adalah masa peralihan dimana perubahan secara fisik dan psikologis dari masa kanak-kanak ke masa dewasa (Hurlock, 2003). Perubahan psikologis yang terjadi pada remaja meliputi intelektual, kehidupan emosi, dan kehidupan sosial. Perubahan fisik mencakup organ seksual yaitu alat-alat reproduksi sudah mencapai kematangan dan mulai berfungsi dengan baik (Sarwono, 2006).

[illegible]

hidup yang berbeda dan menentukan pola perilaku, nilai dan sifat yang paling sesuai dengan dirinya.

- c. Masa remaja sebagai periode perubahan, yaitu perubahan pada emosi perubahan tubuh, minat dan peran (menjadi dewasa yang mandiri), perubahan pada nilai-nilai yang dianut, serta keinginan akan kebebasan.
- d. Masa remaja sebagai masa mencari identitas diri yang dicari remaja berupa usaha untuk menjelaskan siapa dirinya dan apa peranannya dalam masyarakat.
- e. Masa remaja sebagai masa yang menimbulkan ketakutan. Dikatakan demikian karena sulit diatur, cenderung berperilaku yang kurang baik. Hal ini yang membuat banyak orang tua menjadi takut.
- f. Masa remaja adalah masa yang tidak realistik. Remaja cenderung memandang kehidupan dari kaca mata berwarna merah jambu, melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang diinginkan dan bukan sebagaimana adanya terlebih dalam cita-cita.
- g. Masa remaja sebagai masa dewasa. Remaja mengalami kebingungan atau kesulitan di dalam usaha meninggalkan kebiasaan pada usia sebelumnya dan di dalam memberikan kesan bahwa mereka hampir atau sudah dewasa, yaitu dengan merokok, minum-minuman keras, menggunakan obat-obatan

c. Masa remaja akhir (18-21 tahun)

Pada tahap ini, individu dapat melihat sistem sosial secara keseluruhan. Individu mau diatur secara ketat oleh hukum-hukum umum yang lebih tinggi. Alasan mematuhi peraturan bukan merupakan ketakutan terhadap hukuman atau kebutuhan individu, melainkan kepercayaan bahwa hukum dan aturan harus dipatuhi untuk mempertahankan tatanan dan fungsi sosial. Remaja sudah mulai memilih prinsip moral untuk hidup. Individu melakukan

lain yaitu memotret diri sendiri atau lebih yang diambil melalui kamera handphone dan kemudian diunggah ke media sosial (Syahbana, 2014).

Kemudian menurut psikolog Diana Parkisan (Syahbana, 2014) menyatakan bahwa, *selfie* kini menjadi sebuah cara baru untuk berkomunikasi yang bisa diterima secara luas. *Selfie* merupakan bentuk modern dari trik menarik perhatian karena sekarang ini sebagian besar orang bertemu dan berkomunikasi secara online, dengan begitu merupakan salah satu cara untuk menggambarkan dan menempatkan diri kita.

Demam potret diri yang semakin menjalar dengan berbagai macam ekspresi membuktikan bahwa banyak orang yang semakin mengagumi dirinya. *Selfie* merupakan sarana untuk mengenal diri, melalui rasa penasaran terhadap bentuk wajah diri sendiri dengan berbagai ekspresi berbeda. Dalam interaksi sosial sehari-hari, kita banyak melihat dan menginterpretasikan wajah serta ekspresi wajah orang lain. Namun demikian, kita jarang melihat wajah sendiri. *Selfie* juga merupakan cara baru untuk berkomunikasi yang bisa diterima secara luas, untuk menunjukkan kepada orang betapa hebatnya diri kita, dan untuk menarik perhatian karena sekarang ini sebagian besar orang bertemu dan berkomunikasi.

Disebutkan dalam Hurlock (1980) bahwa yang termasuk kedalam minat pribadi yang dimiliki remaja adalah minat pada penampilan diri, pakaian, prestasi, kemandirian, dan uang. Kecenderungan kuatnya minat pribadi yang dimiliki remaja dapat disebabkan oleh kesadaran remaja bahwa dukungan sosial sangat dipengaruhi oleh penampilan diri dan juga penilaian kelompok sosial berdasarkan benda yang dimiliki, kemandirian, sekolah,

keanggotaan sosial, serta banyaknya uang yang dibelanjakan oleh remaja. Kemunculan jejaring sosial membuat remaja semakin mudah untuk menyalurkan minat sosial. Seperti foto *selfie* membuat remaja memiliki sarana untuk memberikan penggambaran atas dirinya. Bagi remaja menyenangkan bila dapat menampilkan diri kepada lingkungan sosial. Hal ini sesuai dengan tugas perkembangan remaja yang dikemukakan oleh Havigurst (dalam Willis, 2005) yaitu memperluas hubungan antara pribadi dan berkomunikasi secara lebih dewasa dengan kawan sebaya, baik laki-laki maupun perempuan dan memperoleh peranan sosial.

Aktivitas foto *selfie* sebagai pencitraan diri remaja pada media sosial dapat menentukan citra diri bagi remaja. Pandangan remaja terhadap dirinya disebut dengan citra diri. Pencitraan diri melalui foto *selfie* dapat diartikan sebagaimana remaja memberikan pandangan terhadap dirinya dan pengaruh orang lain terhadap foto yang ia tampilkan pada media sosial. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Hurlock (1980) menjelaskan bahwa salah satu cara untuk mencoba mengangkat diri sendiri sebagai individu adalah dengan menggunakan simbol status dalam bentuk fisik dan benda-benda yang mudah terlihat. Dengan cara ini remaja menarik perhatian pada diri sendiri dan agar dipandang sebagai individu, sementara pada saat yang sama ia mempertahankan identitas dirinya terhadap kelompok sebaya. Remaja yang menampilkan fotonya yang diunggah di media sosial menandakan ia ingin menampilkan bentuk fisiknya sehingga diperhatikan oleh lingkungannya dan dihargai.

Citra diri merupakan bagian dari konsep diri yang berkaitan dengan sifat-sifat fisik. Citra diri merupakan gambaran seseorang mengenai fisiknya sendiri (Pratt, 1994). Citra diri merupakan pandangan serta perasaan yang baik atas tubuhnya, pandangan dari orang lain terhadap dirinya, harapan atas dirinya dimata orang lain. Sebagaimana Atwater & Duffy (1999) menyebutkan bahwa citra diri merupakan komponen konsep diri yang mana dalam psikologi sosial termasuk dalam komponen kognitif, sedangkan harga diri (*self-esteem*) termasuk dalam komponen afektif. Citra diri merupakan salah satu segi dari gambaran diri yang berpengaruh pada harga diri (*self-esteem*) (Centi, 1993). Harga diri (*self-esteem*) adalah penilaian diri baik positif maupun negatif, yang memperlihatkan bagaimana individu menilai dirinya sendiri dan mempengaruhi besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuan, keberartian, kesuksesan dan keberhargaannya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Petersen, et.al (1984) juga menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang erat antara citra diri dengan harga diri (*self-esteem*) Wylie (dalam Petersen, et.al, 1984) hal ini juga dikarenakan harga diri (*self-esteem*) yang merupakan perasaan keseluruhan atas keberhargaan dan penerimaan diri merupakan komponen pengevaluasi dari citra diri. Di samping itu Luthfi, dkk (2009) juga menyebutkan bahwa individu yang memiliki harga diri (*self esteem*) yang lemah memiliki citra diri yang negatif dan konsep diri yang buruk, dengan kata lain harga diri (*self-esteem*) seseorang dapat mempengaruhi citra diri individu pula. Dari beberapa pendapat ahli di atas

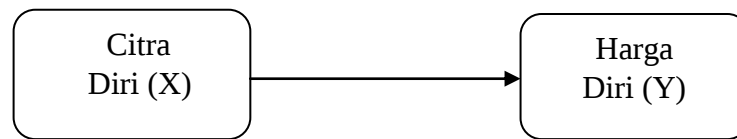
dan dunia psikologis meliputi introspeksi, proses mempersepsi diri, dan atribusi kausal. Citra diri merupakan pandangan serta perasaan yang baik atas tubuhnya, pandangan dari orang lain terhadap dirinya, harapan atas dirinya dimata orang lain. Sebagaimana Atwater & Duffy (1999) menyebutkan bahwa citra diri merupakan komponen konsep diri yang mana dalam psikologi sosial termasuk dalam komponen kognitif, sedangkan harga diri (*self-esteem*) termasuk dalam komponen afektif. Dikemukakan oleh Hurlock (1980) menjelaskan bahwa salah satu cara untuk mencoba mengangkat diri sendiri sebagai individu adalah dengan menggunakan simbol status dalam bentuk fisik dan benda-benda yang mudah terlihat.

Minchinton (1993) mendefinisikan *self-esteem* adalah harga yang kita tempatkan pada diri kita. Selanjutnya Minchinton (1993) memberikan penjelasan bahwa *self-esteem* adalah penilaian dari keberhargaan diri sebagai manusia, berdasarkan pada setuju atau tidak setuju dari diri kita dan perilaku kita. Coopersmith (1967) menyatakan bahwa *self-esteem* merupakan evaluasi individu mengenai hal-hal yang berkaitan dengan dirinya, yang mengekspresikan sikap menerima atau menolak, juga mengindikasikan besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuan, keberartian, kesuksesan dan keberhargaannya. Hal tersebut diperoleh dari interaksinya dengan lingkungan, seperti adanya penghargaan, penerimaan dan perlakuan orang lain terhadap individu yang bersangkutan. Sedangkan Dariuszky (2004) mengemukakan *self-esteem* sebagai penilaian seseorang bahwa dirinya mampu menghadapi tantangan hidup dan mendapat kebahagiaan.

Dalam Sigit Muryono (2011), Coopersmith juga menjelaskan bahwa anak-anak yang memiliki *self-esteem* tinggi akan menjadi anak yang sukses, aktif, percaya diri dan optimis. Sebaliknya *self-esteem* yang rendah akan mengalami depresi, tertutup dan penakut. Sedangkan Brehm dan Kassin (Dayaksini dan Hudaniah 2006) mengemukakan bahwa individu dengan *self-esteem* tinggi mempunyai pandangan positif dan keyakinan atas kemampuan yang dimiliki akan memberi penghargaan pada dirinya sendiri. Individu yang menilai dirinya positif cenderung untuk bahagia, sehat, berhasil dan dapat menyesuaikan diri. Sebaliknya orang yang menilai dirinya negatif secara relatif tidak sehat, cemas, tertekan dan pesimis tentang masa depannya dan mudah atau cenderung gagal.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Petersen, et.al (1984) juga menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang erat antara citra diri dengan *self-esteem* Wylie (dalam Petersen, et.al, 1984) hal ini juga dikarenakan harga diri yang merupakan perasaan keseluruhan atas keberhargaan dan penerimaan diri merupakan komponen pengevaluasi dari citra diri. Di samping itu Luthfi, dkk (2009) juga menyebutkan bahwa individu yang memiliki harga diri (*self esteem*) yang lemah memiliki citra diri yang negatif dan konsep diri yang buruk, dengan kata lain harga diri (*self-esteem*) seseorang dapat mempengaruhi citra diri individu pula. Dari beberapa pendapat ahli di atas dapat disimpulkan baik citra diri dan harga diri (*self-esteem*) saling berubungan satu sama lain.

Melalui landasan teori dan penelitian yang terdahulu yang sudah dilakukan, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara citra diri dengan *self-esteem* pada pelaku *selfie*.



Gambar 1. Kerangka Konseptual

F. Hipotesis

Berdasarkan uraian diatas maka hipotesis dalam penelitian ini adalah:

Ha : Terdapat hubungan antara citra diri dengan *self-esteem* terhadap remaja pelaku *selfie* yang diunggah di media sosial pada siswa Madrasah Aliyah Tawakkal Denpasar.