

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Pola Asuh Orang Tua

##### 1. Pengertian Pola Asuh Orang Tua

Pola asuh orang tua adalah cara yang dipilih oleh seorang yang mempunyai anak yang diyakini akan memberikan dampak yang baik bagi anaknya. Hal senada dikemukakan oleh Euis bahwa pola asuh merupakan serangkaian interaksi yang intensif, orangtua mengarahkan anak untuk memiliki kecakapan hidup.<sup>4</sup> Menurut Casmini pola asuh merupakan bagaimana orang tua memperlakukan anak, mendidik, membimbing dan mendisiplinkan serta melindungi anak dalam mencapai proses kedewasaan, hingga kepada upaya pembentukan norma-norma yang diharapkan oleh masyarakat secara umum.<sup>5</sup>

Pola asuh orang tua menurut Sugihartono, dkk adalah pola perilaku yang digunakan untuk berhubungan dengan anak-anak. Pola asuh yang diterapkan oleh setiap keluarga

---

<sup>4</sup> Sunarti Euis, *Mengasuh Anak dengan Hati* (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2004.)

<sup>5</sup> Casmini, *Emotional Parenting*, 47

tentunya berbeda dengan keluarga lainnya.<sup>6</sup> Sedangkan Atmosiswoyo dan Subyakto menjelaskan bahwa pola asuh adalah pola pengasuhan anak yang berlaku dalam keluarga, yaitu bagaimana keluarga membentuk perilaku generasi berikut sesuai dengan norma dan nilai yang baik dan sesuai dengan kehidupan masyarakat.<sup>7</sup>

Dengan demikian, orang tua perlu benar-benar menyadari akan perannya yang tidak main-main. Jangan sampai, banyak orang tua yang sebenarnya sedang kebingungan dalam mengasuh anaknya. Hal ini jarang diekspresikan dan sering kali tidak disadari oleh orang tua. Orang tua seakan melihat dan beranggapan bahwa anak-anaknya adalah hak milik yang dapat diperlakukan sesuka hati walaupun jauh dibalik setiap hal yang ia lakukan tersirat keinginan untuk menjadikan anak mejadi lebih baik.

## 2. Macam-Macam Pola Asuh Orangtua dan *Self Esteem* yang Akan Terbentuk

Sejak manusia jatuh dalam dosa, tidak ada yang sempurna. Orang tua juga tidak sempurna dan memiliki banyak goresan kehidupan. Mereka membesarkan anak-anaknya dalam

---

<sup>6</sup> Sugiharto, dkk, *Psikologi Pendidikan*, (Yogyakarta: UNY Press, 2007)hlm. 31

<sup>7</sup>Atmosiswoyo dan Subyakto. *Anak Unggul Berotak Prima*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2002), 212

ketidaksempurnaan yang mungkin menggores hidup anaknya tanpa sengaja. Goresan luka-luka dalam kehidupan bisa saja ada, karena itu penting untuk mengidentifikasi lebih dalam dan masuk dalam proses pemulihan.

Teori pola asuh yang digunakan saat ini banyak mengambil dasar dari teori Diana Baumrind seorang psikolog perkembangan di University of California at Berkeley pada tahun 1960an dan kemudian disempurnakan oleh Maccoby dan Martin pada tahun 1980an. Baumrind memperhatikan bahwa anak-anak prasekolah menunjukkan jenis perilaku yang berbeda. Setiap jenis perilaku sangat berpengaruh pada perkembangan anak dan hasil anak yang berbeda. Berdasarkan observasi, wawancara dan analisis ekstensif, Baumrind awalnya mengidentifikasi 4 jenis pola asuh yaitu pola asuh otoritatif, pola asuh otoriter dan pola asuh permisif.

Berikut ini 4 pola asuh dan efeknya terhadap perkembangan anak :

### *1. Authoritatif Parenting*

Disini tuntutan tinggi tetapi responsif juga tinggi. Orang tua yang berwibawa memiliki pengharapan yang tinggi terhadap

pencapaian dan kedewasaan, tetapi mereka juga hangat dan responsif. Orang tua ini menerapkan aturan dan menegakkan batasan dengan mengadakan diskusi terbuka, memberikan bimbingan dan menggunakan penalaran. Para orangtua ini selalu berusaha untuk tidak hanya menuntut tetapi juga mereka akan berusaha memberikan alasan dan penjelasan atas setiap tindakan mereka.

Dengan adanya penjelasan maka diharapkan anak-anak akan memiliki kesadaran dan juga anak sadar tentang nilai, moral dan tujuan. Metode disiplin mereka confrontif yaitu beralasan, dapat dinegoisasikan, berorientasi pada hasil dan berkaitan dengan mengatur perilaku. Orang tua yang seperti ini berwibawa, penuh kasih sayang dan sportif, mereka memberi anak-anak mereka otonomi atau kebebasan dan mendorong kemandirian mereka masing-masing.<sup>8</sup> Mereka juga memungkinkan komunikasi dua arah. Pola asuh ini juga disebut pola asuh demokratis. Orang tua dan anak sama-sama memiliki kesempatan yang sama untuk menyampaikan pendapatnya untuk mencapai suatu keputusan. Dengan demikian orangtua dan anak punya kesempatan untuk berdiskusi, berkomunikasi atau berdebat

---

<sup>8</sup> Wang C, Xia Y, Li W, MW Stephan, Bush K, Peterson G. *Parenting behaviors, adolescent depressive symptoms, and problem behavior: The role of self-esteem and school adjustment difficulties among Chinese adolescents*. J Fam Issues 2016;37:520-42

secara konstruktif, logis, rasional, demi mencapai kesepakatan bersama. Jika komunikasi antara anak dan orang tua berjalan menyenangkan maka akan terjadi perkembangan kepribadian yang mantap pada diri anak. Anak akan cenderung mandiri, matang dan dapat menghargai diri sendiri.<sup>9</sup> Anak-anak dari orang tua yang berwibawa akan merasa disayangi.

Dengan demikian anak akan mampu menilai dirinya secara positif dan memiliki pengharapan yang realistis terhadap dirinya karena kehidupan yang dijalannya didominasi oleh perhatian, kasih sayang dan kelekatan emosional yang tulus. Dengan demikian pola asuh dan kehangatan yang diberikan seimbang.

Berdasarkan penelitian Baumrind tentang pola asuh, anak-anak dari orang tua seperti ini cenderung tampil senang dan puas, lebih mandiri, lebih aktif, memiliki pencapaian keberhasilan akademis yang lebih tinggi, mengembangkan harga diri yang baik, berinteraksi dengan teman sebaya, berinteraksi dengan teman sebaya menggunakan keterampilan sosial yang kompeten dan memiliki kesehatan mental yang lebih baik sehingga mereka lebih tenang, tidak memiliki kecenderungan depresi atau kecemasan atau upaya bunuh diri, mereka

---

<sup>9</sup> Syamsu, Yusuf, *Psikologi Perkembangan anak dan remaja.* (Bandung. 2004)Hlm.9

juga lebih bisa terkendali/terkontrol, mereka mempunyai aturan-aturan yang jelas dalam kehidupan mereka sehingga mereka dapat terhindar dari kenakalan, kecanduan, penggunaan obat-obat terlarang dan lain-lain dan juga menunjukkan kecenderungan yang tidak terlalu keras, jadi lebih penurut dan taat aturan.<sup>10</sup>

## 2. *Authoritarian Parenting*

Pada pola ini tingkat control orang tua sangat tinggi, tapi tingkat responnya rendah. *Authoritarian Parenting* menuntut kepatuhan buta menggunakan alasan seperti "karena saya berkata begitu". Mereka hanya mengizinkan komunikasi satu arah melalui aturan dan perintah. Setiap upaya untuk berunding dengan mereka dipandang sebagai omong kosong. Para orang tua ini menerapkan disiplin yang keras dan seringkali menerapkan ukuran yang keras seperti hukuman fisik sebagai cara untuk mengontrol perilaku anak. Metode pendisiplinan mereka bersifat koersif, yaitu sewenang-wenang, harus ditaati dan mendominasi. Orang tua otoriter tidak responsif kepada kebutuhan anak-anak mereka dan umumnya tidak mengasuh sendiri. Mereka biasanya membenarkan perlakuan kejam terhadap anak-anak mereka

---

<sup>10</sup> Baumrind D. *Effective parenting during aerly the adolescent transition*. Dalam : Cowan PA, Hetherington EM, PENYUNTING Family Transitions, volume 2. New Jersey : Lawrence Erlbaum Associates, Inc;1991.h.111-64

sebagai cinta yang kuat. Anak-anak cenderung dibebani dengan hal-hal yang menyangkut harga diri orangtua. Anak-anak yang orangtuanya memiliki pola asuh yang otoriter, mereka cenderung memiliki watak yang kurang bahagia, kurang mandiri karena takut salah dalam mengambil keputusan, tampak tidak aman/gelisah, memiliki harga diri yang rendah karena sering dikritik dan dipersalahkan, menunjukkan lebih banyak perilaku yang bermasalah, motivasi belajar cenderung eksternal karena takut mendapatkan hukuman/ takut dimarahi, memiliki keterampilan social yang lebih buruk, lebih rentan terhadap masalah mental ( mudah galau, mudah sedih, mudah depresi) dan memiliki mekanisme koping yang lebih buruk.

Sejalan dengan apa yang dikatakan oleh Aditomo bahwa anak dalam pola asuh ini akan cenderung bergantung kepada orang tua yang mengambil keputusan atas dirinya sehingga sulit untuk mengambil keputusan sendiri, tidak bertanggung jawab atas perbuatannya serta tidak mandiri.<sup>11</sup> Dengan demikian, maka dapat dikatakan bahwa pola asuh otoriter sesungguhnya bukannya membentuk *self esteem*/ harga diri anak menjadi lebih baik, tetapi

---

<sup>11</sup> Aditomo A, Retnowati S. *Perfeksionisme, harga diri, dan kecenderungan depresi pada remaja akhir*. Jurnal Psikologi 2004:1:1-14.

sesungguhnya perlu disadari bahwa dibalik pola asuh ini sesungguhnya harga diri orang tua yang sedang dikejar-kejar.

### 3. *Permissive Parenting*

Orangtua *permissive* sangat sedikit menerapkan aturan dan batasan, jadi tuntutan rendah tetapi respon tinggi. Orang tua yang memanjakan ini hangat dan memanjakan tetapi mereka tidak suka mengatakan tidak atau mengecewakan anak-anak mereka. Tipe pola asuh ini lebih memberikan kebebasan kepada anak untuk berekspresi tanpa banyak bertanya, semua kendali berada ditangan anak sehingga tidak ada kalimat yang bersifat larangan kepada mereka<sup>12</sup>. Sehingga walaupun sesungguhnya anak berbuat salah, ia tidak mendapatkan teguran sama sekali. Anak-anak dengan pola asuh *permissive* cenderung memiliki hasil terburuk, mereka tidak bisa mengikuti aturan, memiliki pengendalian diri yang buruk, cenderung egosentris, dan menemukan lebih banyak masalah dalam hubungan interaksi social.

### 4. *Neglectful Parenting*

Pola asuh ini merupakan kebalikan dari pola asuh *permissive*. Jika dalam pola asuh *permissive* orang tua bersikap memanjakan anak tanpa

---

<sup>12</sup> Putri. Hubungan persepsi terhadap pola asuh orang tua. Jurnal Psiko-Edukasi Vol.15 No 1, 2017 (56-57)

Pola asuh ini merupakan kebalikan dari pola asuh *permissive*. Jika dalam pola asuh *permissive* orang tua bersikap memanjakan anak tanpa banyak komentar, sedangkan dalam pola asuh *Neglectful Parenting* atau penelantaran justru bersikap acuh tak acuh kepada anak, bersikap tidak peduli entah apa yang terjadi pada anaknya. Orang tua semacam ini tidak mau pusing.

Orang tua lalai, tidak menetapkan batasan yang tegas atau standar yang tinggi. Mereka juga tidak peduli dengan kebutuhan anak-anak mereka dan tidak terlibat dalam kehidupan mereka. Orang tua yang tidak terlibat ini mungkin memiliki masalah mental sendiri seperti depresi atau pelecehan fisik atau penelantaran anak ketika mereka masih kecil. Anak-anak yang dibesarkan oleh orang tua yang lalai memiliki kecenderungan lebih *impulsif*, tidak bisa mengatur emosi mereka, menghadapi lebih banyak masalah kenakalan dan kecanduan, memiliki lebih banyak masalah mental misalnya perilaku bunuh diri pada remaja.<sup>13</sup>

### 3. Pola Asuh Dalam Alkitab

---

<sup>13</sup> Baumrid dalam Agoes Dariyo, Psikologi Perkembangan Remaja, (Bogor: Ghalia Indonesia, 2004), 97

Dengan melihat macam-macam bentuk pola asuh diatas, maka tentu akan memunculkan kegelisahan dalam hati para orang tua yang mulai sadar akan peran pentingnya membentuk *self esteem* anaknya. Berbagai pergumulan bermunculan yang bisa saja membuat para orang tua kehilangan arah. Para orang tua mungkin saja merasa telah melakukan banyak hal tetapi tidak tahu pasti apa tujuan akhir yang akan terbentuk pada anak. Orang tua juga kadang kala tergegelam dalam rutinitas sehingga kehilangan pedoman pengasuhan anak. Orang tua malah merasa anak-anak yang mereka kasihan telah membuat mereka kesal dan frustrasi. Mereka merasa anak-anaknya telah mencuri kebebasannya, anak-anak membuatnya lelah dan anak-anak mereka tidak pernah mengerti perasaan orang tua. Ya, itulah yang terjadi, ketika pengasuhan tidak dilandasi dengan visi dan misi yang tepat.

Apa visi dan misi yang tepat dalam mengasuh anak? Terutama sebagai orang Kristen, apa visi misi yang perlu dibangun? Mengasuh anak, bukanlah sekedar tanggung jawab tetapi juga sebagai bentuk panggilan Tuhan atas diri setiap orang yang diberi kesempatan untuk menjadi orang tua. Orang tua Kristen tidak boleh terjebak dalam rutinitas orang tua pada umumnya, yang mengasuh anak hanya

berdasar pengalaman yang pernah dialami, atau sekedar melihat kehidupan orang lain, tetapi yang menjadi pedoman utama adalah apa yang Tuhan inginkan dalam diri setiap orang tua dalam membentuk anaknya menjadi lebih baik melalui pola asuh yang diterapkannya. Dengan demikian, yang diselesaikan bukan hanya masalah tetapi visi dan sukacita sebagai orangtua dapat dirasakan. Kisah orang tua Simson misalnya, yang terdapat dalam kitab hakim-hakim 13, menunjukkan sikap seorang yang sungguh merasa membutuhkan Tuhan untuk memberitahunya bagaimana cara mengasuh dan mempersiapkan calon anaknya nanti untuk menjadi Nazir Allah. Hakim-hakim 13 : 8 berbunyi :

“Lalu Manoah memohon kepada Tuhan, katanya : Ya Tuhan, berilah kiranya Abdi Allah, yang Kau utus situ, datang pula kepada kami dan mengajar kami, apa yang harus kami perbuat kepada anak yang akan lahir itu”.

Setiap orang tua, butuh untuk tahu bagaimana pandangan Tuhan tentang apa yang seharusnya dilakukan . Orang tua membutuhkan pandangan injil yang tidak hanya menolong orang tua memahami tugasnya tetapi juga membukakan mata hati setiap orang tua untuk menjalani peran pentingnya sebagai orang tua sehingga caranya melakukannya pun berubah. Prespektif dan prinsip

pengasuhan anak yang diterapkan berasal dari injil Yesus Kristus. Orang tua yang benar akan menempatkan dirinya sebagai wakil Allah. Paul David Tripp berkata dalam bukunya "Orang tua yang menempatkan dirinya sebagai wakil Allah tidak akan pernah mencari identitas dirinya dalam anak-anak mereka. Orang tua yang memandang dirinya sebagai wakil Allah akan merasa telah memperoleh harga diri dari Dia yang mereka wakili yaitu Yesus Kristus"<sup>14</sup> Oleh karena itu, mereka akan membebaskan anak-anak mereka dari beban itu. Mereka akan mengasuh anak-anakNya dengan penuh pengorbanan dan tanpa pamrih. Sampai pada akhirnya anak menemukan siapa dirinya yang sesungguhnya dan memiliki *self esteem* yang baik.

Data tentang kata asuh atau yang sama artinya dengan pola asuh di dalam kitab Perjanjian Lama dan kitab Perjanjian Baru, cukup banyak ditemukan. Berikut akan dibahas satu persatu.

#### a. Kitab Perjanjian Lama

Dalam kitab Yesaya 1:1 misalnya, yang berbunyi

---

<sup>14</sup> Tripp, Paul David. *Bijak menjadi orang tua*. (Jakarta. PT. Suluh Cendikia. 2017)

“Aku membesarkan anak-anak dan mengasuhnya, tetapi mereka memberontak terhadap Aku.”<sup>15</sup>

Umat Israel diibaratkan anak, dan Tuhan adalah Bapa yang dengan setia membesarkan dan mengasuh anak-anakNya. Ini membuktikan bahwa membesarkan dan mengasuh anak adalah salah satu hal yang penting dimata Tuhan. Anak-anak harus belajar hidup takut akan Allah. Anak-anak adalah berkat dari Allah yang telah diperintahkan. Sama seperti Allah yang mengasuh manusia dengan cara mengasihi sekaligus mendisiplinkan, hal yang sama pun sebaiknya dipraktekkan saat mengasuh anak-anak yang Tuhan percayakan.

Ulangan 6 : 7 menjadi sentral “haruslah engkau mengajarkan berulang-ulang kepada anakmu, membicarakannya apabila engkau duduk di rumahmu, apabila engkau sedang dalam perjalanan, apabila engkau bangun”.

Mereka yang menyebut dirinya mengasihi Allah dan berusaha untuk mengasuh anaknya dengan baik maka hal itulah yang harus dilakukannya. Sangat jelas ayat ini mau menjelaskan Allah sungguh menginginkan umatNya yang diberi kesempatan

---

<sup>15</sup> Alkitab (Jakarta : Lembaga Alkitab Indonesia : 2018)

menjadi ayah dan ibu untuk mendidik dan membesarkan terlebih mengasuh anak-anakNya di dalam Tuhan. Orang tua bertanggung jawab mengasuhnya dengan baik, siang dan malam, berulang-ulang bahkan dimana-mana, tugas mengasuh anak adalah hal yang sangat penting. Bahkan Sidjabat berkata dalam bukunya bahwa orang tua harus berusaha untuk selalu mencari kesempatan yang baik dan ide yang kreatif untuk dapat menarik perhatian anak mendengarkan dan melihat apa yang sebaiknya dilakukannya supaya membawa kemuliaan bagi nama Tuhan. <sup>16</sup> Jika orang tua memang serius mau membetuk anaknya dengan baik, maka sangatlah penting untuk menyadari bahwa pola asuh yang mereka terapkan haruslah pola asuh yang baik dan membawa anak-anak semakin dekat dengan TuhanNya.

Beberapa contoh kisah dalam Alkitab yang kurang lebih menggambarkan betapa perpengaruhnya dampak dari pola asuh orang tua kepada anaknya. Misalnya : kisah Hofni dan Pinehas yang ada dalam didikan Eli. Eli lebih menghormati anak-anakNya dari pada Tuhan (I Samuel 2:29). Alkitab mengisahkan bahwa

---

<sup>16</sup> B.S. Sidjabat, *Membesarkan anak dengan kreatif* (Yogyakarta : ANDI, 2008), hlm. 138

setiap kali didengarnya bahwa anak-anaknya tidur dengan perempuan-perempuan pelayan di depan pintu Kemah Pertemuan, Eli tidak menindak mereka secara tegas sesuai dengan hukum taurat. Eli hanya menasehati mereka seperti seorang balita. Padahal menurut Taurat, semestinya Eli membawa mereka ke depan tua-tua Israel dan mengadukan segala kejahatan mereka, lalu melontari mereka dengan batu (Ul. 21:18-21).

Kitab Amsal juga menegaskan kepada orang tua untuk menggunakan “tongkat didikan” kepada anak serta menuntun mereka kepada Tuhan. Amsal 22:6 berkata :

“Didiklah orang muda menurut jalan yang patut baginya, maka pada masa tuanya pun ia tidak akan menyimpang dari pada jalan itu”

Ayat ini pun dengan jelas menyatakan bahwa orang tua harus mengasuh anak-anaknya ke jalan yang tepat dan benar sesuai dengan kehendak Tuhan. Artinya orang tua tidak boleh hanya fokus pada pengembangan pengetahuan dan kemampuan anak, namun yang terlebih penting adalah bertumbuh dalam

hikmat Tuhan. <sup>17</sup> Ayat ini pula mau menegaskan bahwa sesungguhnya pola asuh orang tua terhadap anak sejak kecil akan sangat berdampak kuat pada pilihan-pilihan yang akan diambil anak pada masa depan termasuk dalam cara ia menghargai dirinya.

#### b. Perjanjian Baru

Dalam perjanjian baru pun sesungguhnya menunjukkan betapa pentingnya peran keluarga khususnya orang tua dalam pertumbuhan spiritual anak. Orangtua mesti menjadi teladan tidak hanya melalui tingkah laku tetapi juga perkataan. Dalam Perjanjian Baru, Alkitab menegaskan dirinya sebagai Firman Allah. Dalam 2 Timotius 3:16,17 misalnya, berkata

“Segala tulisan yang diilhamkan Allah memang bermanfaat untuk mengajar, untuk menyatakan kesalahan, untuk memperbaiki kelakuan dan untuk mendidik orang dalam kebenaran. Dengan demikian tiap-tiap manusia kepunyaan Allah diperlengkapi untuk setiap perbuatan baik.”

Dengan kata lain, orang tua harus menjadi teladan. Menunjukkan contoh yang akan kemudian ditiru oleh anak-anaknya. Tokoh dalam Alkitab yang secara tersirat diperkenalkan

---

<sup>17</sup> Riswati, Sinulingga, *Tafsiran kitab amsal 10:1-22* (Jacmmckarta : PT. BPK. Gunung Mulia, 2012), hlm. 393

oleh Paulus sebagai orang tua yang sungguh menjadi teladan bagi anakNya adalah ibu dan nenek dari Timotius yang bernama Eunike dan Lois.

“Sebab aku teringat akan imanmu yang tulus ikhlas, yaitu iman yang pertama-tama hidup di dalam nenekmu Lois dan ibumu Eunike dan yang aku yakin hidup juga di dalam dirimu. Karena itulah kueringatkan engkau untuk mengobarkan karunia Allah yang ada padamu oleh penumpangan tanganku atasmu” (2 Timotius 1:5-6).

Karena itu pola asuh yang baik dan benar perlu diterapkan oleh setiap orang tua. Ayat Alkitab lain yang dengan jelas berbicara tentang pola asuh adalah dalam kolose 3 :21 yang berbunyi “Hai bapa-bapa, janganlah sakiti hati anakmu, supaya jangan tawar hatinya.”

Itu artinya, memang Tuhan mau bahwa pola asuh orangtua sangatlah penting dalam pertumbuhan atau pembentukan karakter anak. Alkitab jelas mengajarkan bahwa orangtua bertanggung jawab untuk membina dan mendisiplinkan anak-anak mereka, supaya mereka dibawa untuk lebih mengenal Tuhan dan menyadari dirinya sebagai ciptaan Tuhan yang berharga.

## B. *Self Esteem*

### 1. Pengertian *Self Esteem*

*Self esteem* adalah kemampuan seseorang menghargai dirinya dengan nilai yang dibuatnya sendiri atas keyakinan pada diri dan kerjanya. Agustina L mengatakan dalam jurnal Psiko-Edukasi bahwa self- esteemlah yang memampukan seseorang untuk dapat bersosialisasi dan mengembangkan segala potensi yang dimilikinya dimasyarakat. <sup>18</sup> Senada dengan hal itu, Azwar memberi pengertian bahwa *self esteem* adalah sikap yang dimiliki individu dalam memahami dirinya sendiri yang meliputi kepuasan terhadap diri sehingga dapat menerima dan menghormati dirinya sendiri.<sup>19</sup> Secara spesifik yang dimaksudkan adalah bagaimana seseorang berfikir tentang dirinya, menilai apa yang ada di dalam dirinya, apakah menerima dengan baik apa yang ada didalam dirinya dan apa yang ia tampilkan baik secara fisik maupun karakter atau sikap pribadi pelakunya.

Perilaku seseorang adalah cerminan bagaimana seseorang memandang dirinya. Jika ia memandang dirinya secara positif maka ia

---

<sup>18</sup> Agustina L. *Hubungan antara persepsi terhadap tiga tipe pola asuh orangtua dan penerimaan diri SMK STRADA III ( Jakarta Utara. Jurnal Psiko-Edukasi 2014)*hlm.135

<sup>19</sup> Azwar S. *Penyusunan skala Psikologi. Edisi kedua (Yogyakarta: Pustaka Pelajar;2012)*

akan memiliki harga diri yang tinggi. Begitupun sebaliknya jika ia selalu memandang dirinya secara negatif maka ia akan memiliki harga diri yang rendah. Semua itu akan terlihat mulai dari cara seseorang berpakaian, cara menyikapi sesuatu dalam hidupnya termasuk perilaku dalam bergaul dengan teman-teman sebaya. Dr. Agustinus juga dalam bukunya membahasakan *self esteem* sebagai sebuah bentuk penerimaan diri seseorang pada dirinya sendiri. Ia menyukai dirinya sendiri karena itu ia akan mengembangkan dirinya sebaik mungkin untuk mencapai performa yang maksimal. Ia juga memastikan dalam tulisannya bahwa jika seseorang memiliki *self esteem* yang baik maka ia akan lebih berhasil dibandingkan jika ia memiliki *self esteem* yang buruk. Orang yang memiliki konsep diri yang lemah itu cenderung tidak memiliki cita-cita, tidak percaya diri, dan merasa kurang cakap. Hal ini akan berakibat pada kepribadiannya yang tidak berkembang dan mengalami kemunduran.<sup>20</sup>

## 2. Penyebab Seseorang Memiliki *self esteem* Rendah

Banyak orang yang selalu merasa tidak berharga, merasa tidak kompeten dan merasa tidak berguna. Orang tersebut selalu memandang negatif kehidupannya, selalu putus asa, dan sangat sensitif

---

<sup>20</sup> Ruben, Agustinus. *Konsep Diri (Self Concept)*. Penerbit Mitra. (Medan :2014. 40)

terhadap pendapat orang lain dan tidak menikmati kehidupan sosialnya serta selalu ketakutan menghadapi kehidupan kedepan. Hal ini bisa terjadi karena beberapa kemungkinan penyebab misalnya :

a. Kekerasan (*abuse*)

Orang yang pernah mengalami kekerasan baik secara fisik, emosional maupun secara seksual menjadi stress menjalani hidup. Mary Beth Maklein pernah melaporkan kepada USA today bahwa banyak ahli kesehatan mental mengatakan panggilan nama, cemoohan atau perkataan kasar dapat merampas rasa percaya diri anak yang berujung pada perasaan harga diri yang rendah.

Saat ini, masih banyak orangtua yang bersikap kasar terhadap anaknya, tanpa memperhatikan dampak dari perlakuannya tersebut. Pola asuh anak sesungguhnya sangat berpengaruh pada harga diri anak. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sandra Febrianti dkk, menyatakan bahwa ada hubungan antara pola asuh dan gangguan jiwa pada anak. Keluarga merupakan lingkungan mikrosistem yang menentukan kepribadian dan kesehatan mental anak. Jika anak

dibesarkan dalam pola asuh yang baik maka anak akan bertumbuh dan berkembang dengan baik pula.<sup>21</sup>

b. Penolakan dari orang tua (*Parental Rejection*)

Penolakan orang tua terhadap anak secara signifikan terkait dengan depresi dan harga diri rendah. Hal ini dikemukakan oleh Joan Robertson dan Ronald Simons dalam hasil penelitiannya. Anak yang di besarkan dalam lingkungan keluarga dengan kritik yang meremehkan, mempermalukan atau mengabaikan dan melemahkan cenderung akan bergumul dengan citra diri mereka. Sejalan dengan pendapat Syamsu dalam buku Psikologi Perkembangan anak dan remaja yang dituliskannya, ia berkata “ suasana keluarga sangatlah penting bagi perkembangan harga diri anak. Anak yang dibesarkan dalam keluarga yang harmonis dan agamis, dalam arti orangtua memberikan perhatian, curahan kasih sayang serta bimbingan dalam kehidupan berkeluarga maka perkembangan harga diri anak akan cenderung lebih positif. Sedangkan anak yang dibesarkan dalam lingkungan keluarga *broken home* , kurang harmonis, orangtua bersikap keras terhadap anak atau tidak memperhatikan nilai-nilai agama dalam

---

<sup>21</sup> Sandra Febrianti,dkk. *Hubungan antara pola asuh orang tua dan kejadian gangguan jiwa.* (Semarang :Jurnal. Universitas Diponegoro, 2009 )

keluarga, maka perkembangan harga diri anakpun cenderung akan mengalami distorsi atau mengalami kelainan dalam penyesuaian dirinya".<sup>22</sup>

c. Pemikiran yang salah (*Faulty Thinking*)

Bruce Narramore dan Robert S McGee menyatakan bahwa "anak dengan harga diri rendah akan cenderung menunjukkan pendapat yang salah atau pemikiran yang keliru". Beberapa konsep atau konsep keliru yang dimaksud misalnya "saya harus memenuhi standar tertentu untuk bisa merasa nyaman atau menerima diriku sendiri". Standar yang dibangunnya ini bisa jadi berawal dari tuntutan orang tua, guru atau teman. Atau juga muncul sebagai reaksi dari orang-orang itu. Mereka akan terkesan perfeksionisme karena terus memaksakan diri untuk mencapai standar tertentu yang pada akhirnya membuat mereka lelah dan putus asa karena tidak pernah merasa puas dengan pencapaiannya. Contoh yang lain misalnya konsep "saya harus mendapatkan penerimaan dari orang lain". Hal ini membuat seseorang menjadi budak yang menghabiskan waktunya hanya untuk dapat diterima oleh semua orang. Pemikiran keliru yang lain misalnya yang

---

<sup>22</sup> Syamsu, Yusuf, Syamsu, op.cit,9

gagal layak mendapat hukuman. Orang semacam ini akan mudah jatuh pada penghargaan diri yang rendah apalagi jika dialaminya penuh dengan pergumulan. Dan yang terakhir, pemikiran yang keliru adalah “ tidak ada yang dapat merubahku”. Ia akan marah dan sampai pada keputusan .

### 3. Aspek – aspek *Self Esstem*

Ada empat aspek harga diri yang disebutkan Putri Shimayulia yang dituliskannya dalam Jurnal Psiko-Edukasi Mei 2017 hl 61 vol 15 bahwa menurut Coopersmith aspek – aspek tersebut adalah :

#### a. Kekuatan (*Power*)

Kekuatan atau *power* yang dimaksud adalah kemampuan seseorang untuk mengontrol dan mengendalikan dirinya sendiri sehingga ia mendapatkan pengakuan dari orang lain karena kualitas yang dimilikinya sehingga ia memiliki penghargaan diri yang baik. Kekuatan ini akan menolongnya untuk dapat bertahan menghadapi berbagai tekanan hidup yang dihadapinya.

b. Keberartian (*Significance*)

Keberartian yang dimaksud adalah kemampuan seseorang untuk menghargai dirinya sebagai seorang yang diterima oleh lingkungan ia berada. Itu dapat ditandai dengan perasaan nyaman berada dilingkungan banyak orang, merasa dicintai, merasa dibutuhkan sebagaimana adanya.

c. Kebajikan (*virtue*)

Kebajikan adalah kemampuan seseorang untuk membawa diri dalam sebuah komunitas dengan mengikuti standar moral, etika dan agama dimana ia berada. Ia akan menjaga tingkah lakunya sesuai dengan apa diharapkan orang - orang dilingkungannya.

d. Kompetensi (*competence*)

Kompetensi yang dimaksud adalah kemampuan seseorang untuk mencapai suatu hasil tertentu yang diharapkannya. Dengan pencapaian tersebut, ia akan merasa berharga dan menilai positif dirinya.<sup>23</sup>

---

<sup>23</sup> Shimayulia,Putri. *Hubungan persepsi terhadap pola asuh orangtua.* ( Jurnal Psiko-Edukasi vol 15. No1, 2017;) 61.

Keempat aspek diatas kemungkinan besar tentu akan sangat dipengaruhi oleh cara orangtua membentuk anaknya melihat lingkungan sosial dimana ia berada. Semakin positif orangtua memandang lingkungan sekitarnya, maka secara tidak langsung hal itu jugalah yang ditanamkan kepada anak bagaimana ia memandang lingkungan sekitarnya. Respon orang-orang disekelilingnya pun tentu berpengaruh besar pada penghargaan diri anak. Karena itu orangtua (keluarga) dan lingkungan sangat berpengaruh pada *self esteem* anak.