

**PENGARUH PELATIHAN PENGENALAN DIRI
TERHADAP HARGA DIRI PADA ANAK KELAS V
DI SEKOLAH DASAR NEGERI GLAGAH
UMBULHARJO KOTA YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun Oleh :
WIDYATIN PRAMUDIASTUTI
080201013**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2012**

**PENGARUH PELATIHAN PENGENALAN DIRI
TERHADAP HARGA DIRI PADA ANAK KELAS V
DI SEKOLAH DASAR NEGERI GLAGAH
UMBULHARJO KOTA YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun Oleh :
WIDYATIN PRAMUDIASTUTI
080201013**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2012**

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH PELATIHAN PENGENALAN DIRI
TERHADAP HARGA DIRI PADA ANAK KELAS V
DI SEKOLAH DASAR NEGERI GLAGAH
UMBULHARJO KOTA YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

Disusun Oleh :

WIDYATIN PRAMUDIASTUTI

080201013



Telah Disetujui Oleh Pembimbing :

Pada tanggal :

4 Agustus 2012

Pembimbing

Mamnuaah, S.Kep.,Ns.,M.Kep.,Sp.Kep.J

**PENGARUH PELATIHAN PENGENALAN DIRI
TERHADAP HARGA DIRI PADA ANAK KELAS V
DI SEKOLAH DASAR NEGERI GLAGAH
UMBULHARJO KOTA YOGYAKARTA**

Widyatin Pramudiastuti, Mamnuah

Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

Email : widyatinpramudiastuti@gmail.com

Abstract : The objective of the study was to identify effect of self-knowledge training to self-esteem of students at grade V of public elementary school Glagah Umbulharjo Yogyakarta Municipality. Moreover, it aims at finding the difference between experiment and control group. This study used *Quasi Experiment with Non- Equivalent Control Group Design*. Sample technique that was used is *Nonprobability Sampling with Purposive Sampling* technique that is sample defining with certain consideration. Samples were school-age children of 10-11 years at grade V of public elementary school Glagah Umbulharjo Yogyakarta Municipality as many as 26 respondents. *Paired Sample T-Test Test* was used to test the hypothesis, and *Independent Sample T-Test* to compare between experiment group and control group. The result of the test shows that paired sample t-test with p-value was 0.183 ($p > 0.05$); thus it can be concluded that there was no difference in self esteem before and after training on self-knowledge training of school age child at grade V. From the *Independent Sample T-Test*, it results *p-value* was 0.361 ($p > 0.05$); thus there was no difference in self esteem between experiment group and control group.

Keywords : self esteem, training, self-knowledge, school-age child

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan pengenalan diri terhadap harga diri anak kelas V di Sekolah Dasar Negeri Glagah Umbulharjo Kota Yogyakarta. Mengetahui perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Jenis penelitian ini menggunakan metode *Quasi Eksperimen* dengan pendekatan *Non-Equivalent Control Group Design*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Nonprobability Sampling* dengan teknik *Purposive Sampling* yaitu penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Sampel dalam penelitian ini adalah anak usia sekolah (10-11 tahun) yang duduk di kelas V Sekolah Dasar Negeri Glagah Umbulharjo Kota Yogyakarta sebanyak 26 responden. Untuk menguji hipotesis menggunakan uji *Paired Sample T-Test* dan untuk membandingkan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menggunakan uji dan *Independent Sample T-Test*. Hasil penelitian diketahui bahwa didapatkan hasil uji *Paired Sample T-Test* dengan nilai signifikansi 0,183 ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan harga diri sebelum dan sesudah diberikan pelatihan pengenalan diri pada anak usia sekolah kelas V. Dari uji *Independent Sample T-Test* didapatkan nilai signifikansi 0,361 ($p > 0,05$), yang artinya tidak ada perbedaan harga diri antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Kata Kunci : harga diri, pelatihan, pengenalan diri, anak usia sekolah

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah merupakan anak yang berada pada rentang kehidupan antara umur 6 sampai kira-kira pada umur 12 tahun (Hockenberry & Wilson, 2007). Pada masa ini, anak diharapkan memperoleh dasar-dasar pengetahuan yang bermanfaat bagi penyesuaian diri saat dewasa sehingga disebut sebagai usia sekolah dasar. Masa usia sekolah juga dapat menjadi waktu yang penuh akan stressor yang dapat menjadi perintang terhadap pencapaian tugas perkembangan (James & Ashwill, 2007). Pada masa usia sekolah, terjadi pengalaman yang penting untuk perkembangan fisik, kognitif, dan psikososial.

Perkembangan psikososial anak pada masa ini juga mengalami perubahan, salah satunya penilaian mengenai diri menjadi lebih sadar, realistis, seimbang, dan komperhensif sebagaimana anak membentuk konsep diri yang luas dengan mengintegrasikan berbagai aspek diri (Harter, 1993, 1996, 1998, dalam Papalia, Olds & Feldman, 2009). Seiring dengan berkembangnya konsep diri anak, maka akan berdampak pula pada harga diri anak sebagai salah satu komponennya. Ball dan Binder (2006, dalam Fontaine, 2009) menyatakan harga diri mulai terbentuk pada pada masa usia sekolah. Pada masa ini anak berusaha untuk mencapai tujuan telah ditetapkan oleh dirinya sendiri. Pada saat yang sama pula, anak mendapatkan umpan balik dari individu lain terhadap kualitas pencapaian mereka.

Harga diri pada anak adalah gambaran anak terhadap seberapa bernilaiakah dirinya, bisa positif maupun negatif (Wong, 2007). Pada tahap perkembangan ini dapat timbul komponen negatif yaitu rasa rendah diri jika harapan terlalu tinggi bagi anak untuk dicapai atau jika seorang anak percaya bahwa keberhasilan tidak dapat dicapai maka akan timbul perasaan rendah diri dan merasa tidak mampu (James & Ashwill, 2007). Fakta yang didapatkan dari penelitian yang dilakukan oleh Astuti pada tahun 2009 di Dusun Jumeneng Seyegan Sleman Yogyakarta bahwa dari 35 orang anak terdapat 22 anak (63%) diantaranya yang mengalami harga diri rendah. Harga diri rendah pada anak dapat menimbulkan dampak yang buruk.

Burns, et al., (2009) menyatakan perilaku destruktif, menarik diri, nilai akademik yang kurang, kecemasan, depresi, dan kenakalan anak sering berkaitan dengan harga diri yang rendah. Anak yang memiliki masalah dengan harga diri juga menggunakan strategi koping yang kontra produktif, seperti berhenti, menghindari, menyontek, penindasan (*bullying*), penolakan. Penelitian yang dilakukan oleh Widiharto, Sandjaja dan Eriyany (2010) pada siswa kelas 5 di tiga SD Negeri Semarang didapatkan 73 siswa laki-laki yang pernah menjadi pelaku penindasan (*bullying*), dan didapatkan hasil bahwa harga diri rendah menyumbang 21,1 % terhadap perilaku *bullying*. Perilaku-perilaku merusak diri seperti gangguan makan, dan yang paling membahayakan bunuh diri mungkin dapat timbul (Goode, 2002, dalam Burns, et al., 2009).

Beberapa faktor berperan terhadap perkembangan harga diri pada usia sekolah, yaitu keberadaan orang tua, kondisi fisik, status sosial ekonomi, prestasi dan nilai akademik. Keberadaan orang tua menjadi faktor yang sangat berpengaruh terhadap harga diri anak, karena orang tua menyediakan kebutuhan anak akan rasa dicintai, dihargai, dan dihormati (Taylor, 2002). Kondisi fisik seperti kecacatan menghambat anak untuk bermain dengan teman-temannya sehingga anak merasa rendah diri (Hurlock, 2001). Dari segi status ekonomi, anak yang merasa status ekonominya lebih rendah dibandingkan dengan teman sebayanya akan merasa rendah diri (Hurlock, 2001). Rasa kompetensi dengan prestasi dan akademik berperan untuk memepertinggi harga diri anak (Santrock, 2002).

Beberapa cara dapat digunakan untuk meningkatkan harga diri pada anak, salah satunya dengan mengenali kelebihan-kelebihan yang dimiliki oleh anak. Fontaine (2009) mengutarakan bahwa individu dapat meningkatkan harga dirinya ketika ia menganggap baik dirinya, mengenali kelebihan-kelebihan yang dimiliki. Pelatihan pengenalan diri merupakan salah satu cara yang dapat digunakan untuk meningkatkan harga diri, karena mengupayakan mengenali kelebihan dan kelemahan yang dimiliki oleh individu, sehingga individu dapat menerima dirinya serta belajar dari kesalahan maupun meningkatkan kelebihannya untuk mengembangkan kepribadiannya.

Pelatihan pengenalan diri dilakukan dengan menggunakan konsep Jendela Johari yang menggambarkan hubungan interpersonal dalam 4 jendela. Pengenalan diri dalam penelitian ini akan memperluas daerah publik (terbuka) melalui proses memberi dan menerima masukan (*feed back*) dari individu lain. Meluasnya daerah publik akan menambah pula pengetahuan individu tentang dirinya dari umpan balik yang diberikan oleh orang lain dan orang lain akan lebih mengenal individu tersebut.

Self-knowledge merupakan upaya untuk menemukan aset pribadi yang dimiliki sehingga kelemahan-kelemahan yang ada, sehingga akan mengarah pada penerimaan diri (Handayani, Ratnawati & Helmi, 1998). Penerimaan diri ditunjukkan dengan pengakuan seseorang terhadap kelebihan-kelebihannya sekaligus menerima kelemahan-kelemahannya tanpa menyalahkan orang lain dan mempunyai keinginan yang terus-menerus untuk mengembangkan diri (Handayani, Ratnawati & Helmi, 1998). Jika individu mengenal dan menerima dirinya akan memiliki konsep diri yang positif, maka pengaruhnya terhadap harga diri akan positif pula.

Hasil wawancara pada lima siswa di Sekolah Dasar Negeri Glagah didapatkan fenomena yang lebih, yaitu seorang anak cepat putus asa bila tidak dapat mengerjakan tugas, dua anak yang diwawancarai sering menunduk ketika diwawancarai dan tampak seorang siswa yang menyendiri pada waktu istirahat dan siswa lain yang ditanyai tentang siswa tersebut mengungkapkan bawa anak tersebut pemalu.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan pengenalan diri terhadap harga diri anak kelas V di Sekolah Dasar Negeri Glagah Umbulharjo Kota Yogyakarta. Mengetahui perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan eksperimen semu (*Quasi Eksperimental Design*) dengan *Non Equivalent Control Group Design*. Desain ini mempunyai kelompok kontrol, tetapi tidak dapat berfungsi sepenuhnya untuk mengontrol variabel-variabel yang mempengaruhi pelaksanaan eksperimen (Sugiyono, 2008).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V di Sekolah Dasar Negeri Glagah Umbulharjo Kota Yogyakarta yang berjumlah 84 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Nonprobability Sampling* dengan teknik *Purposive Sampling* yaitu penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2010). Sampel dalam penelitian ini berjumlah 26 orang yang dibagi menjadi 13 orang pada kelompok eksperimen dan 13 orang pada kelompok kontrol.

Alat pengumpulan data harga diri menggunakan kuesioner *Coopersmith Self-esteem Inventory* bentuk pendek yang berisi 25 item. Metode pengumpulan data dengan cara pengisian kuesioner yang dibantu oleh tiga asisten. Analisis data menggunakan *paired t-test* dan *independent t-test* karena data terdistribusi normal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat dideskripsikan karakteristik responden pada tabel berikut :

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Di Sekolah Dasar Negeri Glagah Umbulharjo Kota Yogyakarta 2012

Karakteristik	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Umur				
10 tahun	4	30,8	2	15,4
11 tahun	7	53,8	11	84,6
12 tahun	2	15,4	0	0
Jumlah Ekstrakurikuler Yang Diikuti				
1	2	15,4	5	38,5
2	6	46,1	3	31
3	0	0	5	38,5
4	5	38,5	0	0
Jenis Ekstrakurikuler				
Karawitan	8	23,5	3	11,5
Musik	7	20,6	5	19,2
Pramuka	12	35,3	9	34,6
Pencak Silat	6	17,6	9	34,6
Komputer	1	2,9	0	0
Pekerjaan Orang Tua				
PNS	3	23,1	4	30,8
Wiraswasta	5	38,5	3	23,1
Swasta	4	30,8	5	38,5
TNI-AU	1	7,7	1	7,7

Sumber: data primer 2012

Tabel 1. menunjukkan bahwa berdasarkan umur, pada kelompok eksperimen paling banyak berusia 11 tahun sebanyak 7 orang (53,8%), dan paling sedikit berusia 12 tahun sebanyak 2 orang (15,4%). Pada kelompok kontrol paling banyak berusia 11 tahun sebanyak 11 orang (84,6%), dan sisanya berusia 10 tahun sebanyak 2 orang (15,4%).

Berdasarkan jumlah ekstrakurikuler yang diikuti, pada kelompok eksperimen paling banyak mengikuti 2 ekstrakurikuler 6 orang (46,1%), dan paling sedikit mengikuti 1 ekstrakurikuler 2 orang (8%). Pada kelompok kontrol paling banyak mengikuti 1 dan 3 ekstrakurikuler masing-masing 5 orang (38,5%), dan sisanya mengikuti 2 ekstrakurikuler 3 orang (31%).

Berdasarkan jenis ekstrakurikuler yang diikuti responden, pada kelompok eksperimen paling banyak mengikuti pramuka 12 orang (35,3%), dan paling sedikit mengikuti komputer 1 orang (2,9%). Pada kelompok kontrol, paling banyak mengikuti pramuka dan pencak silat masing-masing 9 orang (34,6%), dan paling sedikit mengikuti karawitan 3 orang (11,5%).

Berdasarkan pekerjaan orang tua, pada kelompok eksperimen paling banyak bekerja sebagai wiraswasta 5 orang (38,5%), dan paling sedikit bekerja sebagai TNI-AU 1 orang (7,7%). Pada kelompok kontrol, paling banyak bekerja di swasta 5 orang (38,5%), dan paling sedikit bekerja sebagai TNI-AU 1 orang (7,7%).

Harga Diri Pada Anak Kelas V Sekolah Dasar Negeri Glagah Umbulharjo Kota Yogyakarta

Tabel 2. Distribusi Harga Diri Pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Sebelum Sesudah Pelatihan Pengenalan Diri

Kelompok	Rendah		Sedang		Tinggi	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Eksperimen						
Sebelum	0	0	8	61,5	5	38,5
Sesudah	0	0	7	53,8	6	46,2
Kontrol						
Sebelum	1	8	5	38	7	54
Sesudah	2	15	6	46	5	38

Sumber: data primer 2012

Tabel 7. menunjukkan pada kelompok eksperimen sebelum diberikan pelatihan pengenalan diri, paling banyak harga diri sedang 8 orang (62%) dan sisanya harga diri tinggi 5 orang (38%). Sesudah diberikan pelatihan pengenalan diri, paling banyak memiliki harga diri sedang 7 orang (53,8%) dan sisanya harga diri tinggi 6 orang (46, 2%). Pada kelompok kontrol sebelum pelatihan pengenalan diri, paling banyak memiliki harga diri tinggi 7 orang (54%), dan paling sedikit harga diri rendah 1 orang (8%). Setelah dilakukan pengukuran kembali, diperoleh paling banyak memiliki harga diri sedang 6 orang (46%), dan paling sedikit harga diri rendah 2 orang (15%).

Tabel 3. Harga Diri Sebelum dan Sesudah Pelatihan Pengenalan Diri Pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol Hasil Uji *Paired Sample T-Test*

Kelompok	Rata-rata	N	t hitung	Sig	Keterangan
Eksperimen					
Sebelum	40,69	13	-1,413	0,183	Tidak Signifikan
Sesudah	41,92				
Kontrol					
Sebelum	40,31	13	0,213	0,835	Tidak Signifikan
Sesudah	40,15				

Sumber: data primer 2012

Tabel 3. menunjukkan bahwa nilai rata-rata harga diri sesudah diberi pelatihan pengenalan diri mengalami kenaikan dibandingkan dengan nilai rata-rata harga diri sebelum diberi pelatihan pengenalan diri, yaitu kenaikan 1,231. Hasil uji *paired sample t-test* pada kelompok eksperimen diperoleh nilai signifikansi $p = 0,183$ lebih besar daripada 0,05, dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan harga diri sebelum dan sesudah diberikan pelatihan pengenalan diri pada anak kelas V Sekolah Dasar Negeri Glagah kelompok eksperimen.

Pada kelompok kontrol yang tidak diberikan pelatihan pengenalan diri, nilai rata-rata harga diri pada saat sesudah pelatihan pengenalan diri mengalami penurunan dibandingkan nilai rata-rata harga diri pada saat sebelum pelatihan pengenalan diri, yaitu penurunan 0,154. Hasil uji *paired sample t-test* pada kelompok kontrol diperoleh nilai signifikansi $p = 0,835$ lebih besar daripada 0,05, dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan harga diri antara sebelum dan sesudah pelatihan pengenalan diri pada anak kelas V Sekolah Dasar Negeri Glagah kelompok kontrol.

Tabel 4. Perbandingan Harga Diri Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol
Hasil Uji *Independent T-Test*

Variabel	Rata-rata	t hitung	df	Sig	Keterangan
Eksperimen	41,92	0,932	24	0,361	Tidak Signifikan
Kontrol	40,15				

Tabel 10. menunjukkan bahwa nilai rata-rata harga diri kelompok eksperimen sebesar 41,92, sedangkan kelompok kontrol sebesar 40,15. Hal ini menunjukkan pada saat sesudah pelatihan pengenalan diri, nilai rata-rata harga diri kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan dengan nilai rata-rata harga diri kelompok kontrol. Hasil uji *independent t-test* diperoleh nilai signifikansi $p = 0,361$ lebih besar daripada 0,05, dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan harga diri antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Harga Diri Pada Anak Kelas V Sekolah Dasar Negeri Glagah Umbulharjo Kota Yogyakarta Sebelum Diberi Pelatihan Pengenalan Diri

Tabel 2. distribusi harga diri kelompok eksperimen menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki harga diri sedang sebanyak 8 orang (61,5%) dan pada kelompok kontrol sebagian besar responden memiliki harga diri tinggi sebanyak 7 orang (53,8%). Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden memiliki harga diri sedang dan tinggi dikarenakan semakin bertambahnya usia anak mendekati akhir masa usia sekolah. Berdasarkan tabel 1., responden dalam penelitian ini berusia 10-12 tahun, paling banyak berusia 11 tahun yaitu sebanyak 18 orang.

Bertambahnya usia anak, akan bertambah pula kemampuan yang dimiliki yang dapat digunakan untuk mencapai tugas-tugas penting mereka. Anak-anak akan mengembangkan harga diri yang lebih tinggi jika mereka mengetahui dan dapat melakukan tugas-tugas penting bagi mereka seperti keterampilan akademis, keterampilan atletik, dan penerimaan sosial (Bednar, Wells, & Peterson, 1995; Harter, 2006 dalam Santrock, 2002). Kemampuan yang meningkat seiring dengan bertambahnya usia anak yaitu kemampuan kognitif dan motorik, sehingga dapat mempengaruhi perkembangan harga diri menjadi lebih tinggi.

Peningkatan kemampuan kognitif seiring dengan bertambahnya usia anak akan mendukung penguasaan tugas penting anak yaitu keterampilan akademik (Papalia, Olds, & Feldman, 2009). Penguasaan tugas-tugas penting dapat membentuk kompetensi, sehingga anak dapat mengembangkan harga diri yang lebih tinggi karena rasa berkompetensi merupakan salah satu sumber harga diri (Coopersmith, 1967). Kemampuan kognitif pada masa usia sekolah lebih baik daripada masa sebelumnya atau praoperasional, dan semakin meningkat dengan bertambahnya usia (Papalia, Olds & Feldman, 2009).

Peningkatan kemampuan kognitif salah satunya dikarenakan adanya peningkatan pemrosesan informasi seiring dengan bertambahnya usia anak, sebagai contoh anak usia 9 tahun lebih mampu mengingat tempat dan mengingat objek-objek dalam konteks urutan daripada anak usia 5 tahun (Allen & Ondracek, 1995, dalam Papalia, Olds & Feldman, 2009). Anak-anak kelas 5 lebih mampu untuk menjaga informasi yang terbuang agar tetap masuk ke dalam kembali dan bersaing dengan bahan lain untuk menjadi perhatian (Harnishfeger & Pope, 1996, dalam Papalia, Olds, & Feldman, 2009). Kemajuan kognitif merupakan hasil dari pengalaman yang diperoleh anak dari masa-masa sebelumnya (Siegler & Opfer, 2003 dalam Papalia, Olds, & Feldman, 2009).

Kemajuan perkembangan motorik juga dapat mendukung penguasaan kompetensi anak, sehingga dapat mendukung pembentukan harga diri yang lebih tinggi. Desmita (2005) menyatakan bahwa, selama masa usia sekolah perkembangan motorik lebih terkoordinasi seiring dengan bertambahnya usia. Pada usia 10-12 tahun, anak-anak mulai memperlihatkan keterampilan-keterampilan manipulatif yang menyerupai kemampuan orang dewasa (Santrock, 1995 dalam Desmita 2005). Anak-anak memperhalus keterampilan motoriknya dengan melakukan berbagai permainan informal di waktu istirahat, sehingga dapat mendukung ketangkasan dan kompetensi sosial serta membantu penyesuaian di sekolah (Pellegrini, dkk, 2002, dalam Papalia, Olds & Feldman, 2009). Anak-anak juga menggunakan kemampuan motorik mereka dalam kegiatan olahraga yang bersifat formal yang dapat memberikan anak kesempatan untuk berlatih, belajar bersaing, dan meningkatkan harga diri (Desmita, 2005).

Berbeda dengan hasil penelitian Astuti (2009) pada anak usia sekolah umur 7-9 tahun di Dusun Jumeneng Margomulyo Seyegan Sleman Yogyakarta didapatkan hasil paling banyak memiliki harga diri rendah sebanyak 63%. Hal ini dikarenakan usia anak yang masih muda, penguasaan kompetensi yang masih terbatas menyebabkan anak memiliki harga diri lebih rendah. Piaget (dalam Papalia, Old & Feldman, 2009) menyatakan bahwa anak pada usia 7 tahun baru memasuki tahap operasional konkret yaitu anak mulai dapat menggunakan penalaran dan berfikir logis, namun kemampuan ini masih sangat terbatas.

Harga Diri Pada Anak Kelas V Sekolah Dasar Negeri Glagah Umbulharjo Kota Yogyakarta Setelah Diberi Pelatihan Pengenalan Diri

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden yang mengalami harga diri tinggi bertambah jumlahnya pada saat setelah diberikan pelatihan pengenalan diri menjadi 6 orang (46%) dibandingkan saat sebelum diberikan pelatihan pengenalan diri yang berjumlah 5 orang (38%). Hal ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan jumlah responden yang mengalami peningkatan harga diri dilihat dari adanya peningkatan persentase responden yang memiliki harga diri tinggi setelah diberi pelatihan pengenalan diri.

Adanya peningkatan harga diri setelah diberikan pelatihan pengenalan diri didukung oleh penelitian Handayani, Ratnawati, dan Helmi (1998) yang menyatakan bahwa pelatihan pengenalan diri merupakan pelatihan yang disusun untuk membantu individu mengenali dirinya dan meyakini bahwa dirinya mampu, penting dan berharga melalui proses pengungkapan diri dan umpan balik, sehingga dengan dilakukannya pelatihan pengenalan diri akan meningkatkan harga diri. Proses dalam pelatihan pengenalan diri terdiri dari persepsi diri, perbandingan sosial, dan umpan balik.

Pelatihan pengenalan diri menggunakan perbandingan sosial yaitu orang lain sebagai informasi yang dapat membantu individu mengetahui kelebihan dan kompetensinya. Hal ini didukung oleh teori yang menyatakan bahwa salah satu upaya untuk meningkatkan harga diri anak yaitu dengan cara mengidentifikasi dan menilai area kompetensi anak (Bednar, Wells, & Peterson, 1995; Harter, 2006, dalam Santrock, 2002).

Perbandingan sosial dalam pelatihan pengenalan diri juga dapat digunakan untuk mengetahui kekurangan diri anak, sehingga anak diajak untuk menyadari dan berusaha untuk mengurangi kekurangan tersebut. Hal ini berarti membantu anak untuk menghadapi masalah dan mencoba untuk mengatasinya bukan menghindarinya. Didukung oleh Santrock (2002) yang menyatakan bahwa ketika

anak berusaha menghadapi masalah secara realistis, jujur dan nondefensif akan menghasilkan evaluasi diri yang menguntungkan sehingga dapat meningkatkan harga diri.

Proses umpan balik pada pelatihan pengenalan diri diupayakan untuk memberikan informasi yang membangun agar responden menyadari perilaku positif dan kelebihan dirinya berdasarkan yang diutarakan temannya atau orang lain, sehingga menjadikan penguatan bagi kelebihan dan kemampuan yang dimiliki responden dan menimbulkan perasaan diterima.. Hal ini sesuai dengan yang diutarakan oleh Supratiknya (1995), yaitu dengan adanya umpan balik dapat mendorong individu untuk menyadari bahwa ia dicintai, dihargai, meyakini kemampuannya, dan berharga. Perasaan diterima dan serta dihargai oleh anggota kelompok merupakan sumber yang dapat meningkatkan harga diri (Astuti, 2009).

Kertas penugasan yang diberikan kepada responden secara tidak langsung juga dapat mempengaruhi harga diri responden menjadi meningkat. Kertas ini diisi dengan kelebihan-kelebihan yang ada pada diri responden berdasarkan pendapat dari orang lain yaitu orang tua, anggota keluarga dan teman-teman selama tujuh hari berturut-turut. Kertas penugasan ini dapat berfungsi sebagai perbandingan sosial, yaitu orang lain sebagai informasi tentang diri kita termasuk untuk mengetahui kelebihan-kelebihan diri (Festinger 1954). Dengan mengenali kelebihan-kelebihan diri, individu dapat meningkatkan harga dirinya (Fontaine, 2009).

Berdasarkan Tabel 2. pada kelompok kontrol sesudah pelatihan pengenalan diri, jumlah responden yang memiliki harga diri tinggi menurun jumlahnya dan harga diri rendah bertambah jumlahnya. Hasil ini menunjukkan pada kelompok kontrol yang tidak mendapatkan pelatihan pengenalan diri mengalami penurunan harga diri. Penurunan tingkat harga diri ini bisa dikarenakan penyebab lain seperti kurangnya rasa diterima dan berharga yang merupakan komponen pembentuk harga diri (Felker, 1998 dalam Astuti, 2009).

Dua responden yang mengalami penurunan harga diri menjadi harga diri sedang dikarenakan belum efektifnya peran orang tua karena kesibukan pekerjaan. Penelitian Pattimahu (2003) menyatakan bahwa kesibukan pekerjaan orang tua dapat mengurangi waktu berkumpul dengan anak. Berkurangnya waktu orang tua bersama anaknya dapat menyebabkan berkurangnya kasih sayang dan rasa penerimaan, sehingga secara tidak langsung menyebabkan terhambatnya harga diri anak. Berdasarkan identitas responden, kedua orang tua responden yang memiliki harga diri sedang tersebut bekerja sebagai wiraswasta dan swasta, sehingga hanya memiliki waktu yang terbatas untuk bersama dengan anaknya yaitu malam hari dan di hari libur.

Satu responden yang mengalami penurunan harga diri menjadi harga diri rendah dikarenakan bawaan sifat yang tertutup, sehingga menyebabkan kurangnya interaksi sosial anak. Menurut Hurlock (1993 dalam Astuti, 2009), interaksi sosial dibutuhkan sebagai evaluasi diri agar individu merasa dihargai dan diterima oleh orang lain. Dapat dikatakan bahwa kurangnya interaksi sosial dapat menyebabkan kurangnya rasa diterima dan dihargai orang lain, sehingga menghambat harga diri.

Pengaruh Pelatihan Pengenalan Diri Terhadap Harga Diri Pada Anak Kelas V Di Sekolah Dasar Negeri Glagah Umbulharjo Kota Yogyakarta

Tabel 3. menunjukkan hasil uji *paired sample t-test* pada kelompok eksperimen didapatkan nilai signifikansi 0,183, yang berarti bahwa tidak ada perbedaan harga diri sebelum dan sesudah diberikan pelatihan pengenalan diri pada anak kelas V Sekolah Dasar Negeri Glagah kelompok eksperimen. Hal ini

dikarenakan perlu perpaduan antara intervensi langsung dan pendekatan tidak langsung agar dapat meningkatkan harga diri anak, sedangkan dalam penelitian ini hanya melakukan intervensi langsung dengan pelatihan pengenalan diri. Didukung oleh Geldard dan Geldard (2012) yang menyatakan bahwa intervensi langsung yang melibatkan penggunaan pujian dan umpan balik kinerja bermanfaat untuk memperbaiki konsep diri dan harga diri anak, namun intervensi langsung ini tidak selalu menjadi cara yang paling efektif untuk membawa perbaikan pada harga diri anak. Geldard dan Geldard (2012) menambahkan, perlu adanya alternatif sebagai tambahan yaitu menggunakan pendekatan metode tidak langsung dengan cara langsung membidik bidang-bidang khusus seperti kinerja akademik sebagai pelajar, terbinanya hubungan dengan teman sebaya, dan kinerja motorik.

Penyebab lain tidak adanya pengaruh pelatihan pengenalan diri terhadap peningkatan harga diri diduga dikarenakan nilai akademik belum sesuai dengan yang diharapkan, sehingga menghambat peningkatan harga diri anak. Dalam penelitian ini sebagian besar responden kelompok eksperimen memiliki harga diri sedang. Peningkatan harga diri pada individu yang memiliki harga diri sedang dipengaruhi oleh pencapaian kompetensi akademik. Hal ini didukung Coopersmith (1976) yang menyatakan bahwa individu dengan harga diri sedang memerlukan penguatan eksternal berupa penguatan dari guru dan hasil akademik yang sesuai dengan yang diharapkan untuk meyakinkan dirinya sehingga dapat meningkatkan harga diri.

Tabel 4. menunjukkan hasil uji *independent t-test* didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,361, yang berarti bahwa tidak ada perbedaan harga diri antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Tidak adanya perbedaan ini diduga karena tempat sekolah responden kelompok eksperimen maupun responden kelompok kontrol berada pada satu sekolah yang sama, sehingga semua responden memiliki kesempatan yang sama untuk menggunakan sarana dan fasilitas yang disediakan sekolah untuk mencapai kompetensi. Anak akan memiliki harga diri yang tinggi apabila berkompetensi pada bidang-bidang yang penting bagi diri (Santrock, 2002).

Responden baik kelompok eksperimen maupun kontrol berada pada satu sekolah yang sama, sehingga memiliki kesempatan yang sama untuk menggunakan sarana dan fasilitas yang disediakan oleh sekolah. Fasilitas dan sarana yang memadai dapat menunjang proses belajar dan pencapaian prestasi (Sukur, 2010). Anak-anak akan mengembangkan harga diri yang lebih tinggi jika melakukan secara kompeten domain penting mereka dan berprestasi (Bednar, Wells, & Peterson, 1995; Harter, 2006 dalam Santrock, 2002).

Pihak Sekolah Dasar Negeri Glagah juga memfasilitasi berbagai kegiatan ekstrakurikuler agar dapat diikuti oleh semua siswa. Semua responden dalam penelitian ini mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang disediakan oleh sekolah. Menurut Croker (2010), program kegiatan ekstrakurikuler menyediakan kesempatan bagi anak untuk membangun minat dan bakatnya dalam suasana kegembiraan dan dapat meningkatkan harga diri. Berdasarkan tabel 3., ekstrakurikuler yang paling banyak diikuti responden yaitu pramuka. James dan Ashwill (2007) menyatakan bahwa kegiatan formal seperti pramuka, *campfire* anak laki-laki dan perempuan, yang dirancang oleh orang dewasa juga dapat meningkatkan harga diri dan kompetensi anak-anak karena mendapatkan pangkat dan lencana atas keberhasilan mereka.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Tingkat harga diri pada kelompok eksperimen sebelum diberikan pelatihan pengenalan diri paling banyak kategori harga diri sedang (61,5%) dan sesudah diberikan pelatihan pengenalan diri sebagian besar kategori harga diri sedang (53,8%). Tidak ada perbedaan harga diri sebelum dan sesudah diberikan pelatihan pengenalan diri pada anak usia sekolah kelas V dari hasil uji Paired Samples T-Test didapatkan ($p = 0,183 > 0,05$). Tingkat harga diri pada kelompok kontrol sebelum diberikan pelatihan pengenalan diri paling banyak kategori harga diri tinggi (53,8%) dan sesudah pelatihan pengenalan diri sebagian besar kategori harga diri sedang (46,2%). Tidak ada perbedaan harga diri antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dari hasil uji Independent Samples T-test didapatkan ($p = 0,361 > 0,05$).

Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti dapat memberikan saran. Pertama, bagi wali kelas dan guru mata pelajaran agar tetap mempertahankan pemberian perhatian, dukungan, bimbingan, dan motivasi kepada siswa agar harga diri siswa tetap tinggi, serta memadukan antara intervensi langsung berupa pujian dan umpan balik kinerja dengan pendekatan tidak langsung berupa pembinaan pada bidang-bidang khusus seperti kinerja akademik sebagai pelajar, terbinanya hubungan dengan teman sebaya, dan kinerja motorik. Kedua, bagi orang tua agar tetap mempertahankan kasih sayang, penerimaan, dan motivasi kepada anak. Ketiga, bagi peneliti selanjutnya agar dapat mengendalikan variabel pengganggu yaitu prestasi dan nilai akademik dengan cara mengendalikan nilai rata-rata rapor sekolah dan ekstrakurikuler yang diikuti.



DAFTAR PUSTAKA

- Astuti. 2009. Hubungan *Pola Asuh Orang Tua Dengan Harga Diri Anak Usia Sekolah di Dusun Jumeneng Margomulyo Seyegan Sleman Yogyakarta*. Skripsi Tidak Dipublikasikan, Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta
- Burns, C.E., Dunn, A.M., Brady, M.A., Starr, N.B dan Blosser, C.G. 2009. *Pediatric Primary Care*. Saunders Elsevier: St. Louis
- Coopersmith, S. 1967. *The Antecedents Of Self-esteem*. W.H. Freeman and Company: USA
- Crocker, J. 2010. Extra-curricular Activity Policy Newbridge Primary School dalam <http://docs.google.com>, diakses tanggal 3 Juli 2012
- Fontaine, K.L. 2009. *Mental Health Nursing*. Person Education: New Jersey
- Gerald, K dan Gerald, D. 2012. *Konseling Anak-Anak Sebuah Pengantar Praktis*. PT Indeks: Jakarta Barat
- Handayani, M.M., Ratnawati, S. dan Helmi, A.F. 1998. Efektivitas Pelatihan Pengenalan Diri Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri Dan Harga Diri. *Jurnal Psikologi Universitas Gadjah Mada*. 2.47-55
- Hockenberry, M.J dan Wilson, D. 2007. *Wong's Nursing Care Of Infants And Children*. Mosby Elsevier: St Louis
- Hurlock., E.B. 2001. *Psikologi Perkembangan (Suatu Pendekatan Sepanjang Kehidupan) Edisi Kelima*. Erlangga: Jakarta
- James, R.J dan Ashwill, W.A. 2007. *Nursing Care Of Children: Principles and Practice*. Saunders: Canada
- Papalia, D.E., Olds, S.W dan Feldman, R.D. 2009. *Human Development*. Salemba Medika: Jakarta
- Santrock, J.W. 2002. *Life-Span Development*. Erlangga: Jakarta.
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Alfabeta: Bandung.
- Sukur. 2010. Pengelolaan Sarana Prasarana Pembelajaran Studi Situs SMP Negeri Kedungtuban Blora dalam <http://etd.eprints.ums.ac.id> diakses pada tanggal 17 Juli 2012
- Supratiknya. 1995. *Komunikasi Antarpribadi Tinjauan Psikologis*. Kanisius: Yogyakarta
- Taylor, J. 2002. *Memberi Dukungan Positif Pada Anak Agar Berhasil Dalam Hidup*. PT Gramedia Pustaka Utama: Jakarta.
- Widiharto, C.A., Sandjaja, S.S dan Eriany, P. 2010. Perilaku Bullying Ditinjau Dari Harga Diri Dan Pemahaman Moral Anak dalam <http://www.psikologi.tarumanegara.ac.id> diakses pada tanggal 5 Desember 2011
- Wong, D.L 2007. *Wong's Nursing Care Of Infants And Children*. St Louis: Mosby Elsevier