

**GAMBARAN *SELF ESTEEM* PADA ANAK SEKOLAH MENENGAH PERTAMA
SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN *BULLYING* DI SMP NEGERI 15
KOTA BENGKULU**

Puja Lestari, Titin Aprilatutini*, Sardaniah, Esti Sorena, Nova Yustisia

Prodi Keperawatan, Universitas Bengkulu

Korespondensi: taprilatutini@unib.ac.id

ABSTRAK

Pendapat seseorang tentang kemampuan mereka untuk mempertahankan apa pun yang mereka inginkan, yang dinyatakan sebagai persetujuan atau ketidaksetujuan dengan sikap dan keyakinan mereka bahwa mereka mampu, signifikan, sukses, dan dihargai, dikenal sebagai *self esteem*. Untuk dapat mendukung aktualisasi diri, keinginan utama dalam kehidupan manusia, seseorang harus memiliki *self esteem*. *Bullying* menghasilkan berbagai efek fisik, psikologis, dan emosional yang negatif, termasuk tekanan mental, trauma psikologis, ketakutan, ketidakamanan, dan kebencian. Hal tersebut juga menurunkan motivasi belajar siswa, konsentrasi, kreativitas, inisiatif, dan daya tahan (mental). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *self esteem* pada anak sekolah menengah pertama sebagai upaya pencegahan *bullying* di SMP Negeri 15 Kota Bengkulu. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi penelitian sebesar 291 orang, sampel yang diambil sebanyak 74 orang dengan *stratified random sampling* yang digunakan sebagai metode pengambilan sampel. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar kuesioner gambaran *self esteem* menggunakan Kuesioner Harga Diri Rosenberg (RSES). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa dan siswi memiliki *self esteem* tinggi yaitu sebanyak 54 responden dengan persentase 73%, sedangkan *self esteem* rendah sebanyak 20 responden dengan persentase 27%. Hasil penelitian yang menunjukkan sebagian besar responden dalam kategori *self esteem* tinggi diharapkan memiliki pemikiran yang positif, merasa diri berharga, berarti, yang pada akhirnya dapat membantu adalah siswa dalam mencari pemenuhan harga diri yang kuat, sehingga tidak menindas orang lain, dan dapat berhenti menindas dirinya sendiri.

Kata Kunci: *Self Esteem, Bullying, Pencegahan Bullying*

ABSTRACT

A person's opinion of their ability to sustain whatever they want, expressed as agreement or disagreement with their attitudes and beliefs that they are capable, significant, successful, and valued, is known as self esteem. To be able to support self-actualization, the ultimate desire in human life, one must have self esteem. Bullying produces a range of negative physical, psychological and emotional effects, including mental distress, psychological trauma, fear, insecurity and resentment. It also decreases students' learning motivation, concentration, creativity, initiative, and (mental) endurance. The purpose of this study was to determine the description of self esteem in junior high school children as an effort to prevent bullying at SMP Negeri 15 Bengkulu City. This research is quantitative descriptive research. The study population was 291 people, the sample taken was 74 people with stratified random sampling used as a sampling method, and a questionnaire. The instrument used in this study was a questionnaire sheet describing self esteem using

the Rosenberg Self Esteem Questionnaire (RSES). The results of this study indicate that most students and female students have high self esteem, namely 54 respondents with a percentage of 73%, while low self esteem is 20 respondents with a percentage of 27%. Most of the respondents are in the high self esteem category. Children who have positive thinking, feel valuable, meaningful, and helpful are children who seek fulfillment or strong self-esteem, so they do not oppress others, and can stop oppressing themselves.

Keywords: *Self esteem, Bullying, Bullying Prevention*

PENDAHULUAN

Di lingkungan baru, banyak orang yang tidak dikenal oleh anak-anak dari lingkungan sebelumnya, seperti guru dan teman yang berbeda. Beberapa variasi tampaknya membantu anak-anak muda menyesuaikan diri dengan situasi yang tidak biasa. Beberapa orang tidak menyukai satu sama lain di sekitar teman-teman mereka, jadi *bullying* terjadi. *Bullying* sering menargetkan anak yang pendiam, lemah, atau berbeda (cacat, tidak terbuka, cerdas, cantik, atau memiliki ciri fisik) (Fitri & Aini, 2018).

Bullying umumnya mengacu pada perilaku buruk yang berulang kali ditampilkan oleh satu atau lebih orang sebagai akibat dari cedera psikologis atau fisik (Amnda et al., 2020). *Bullying* terus-menerus menggunakan perilaku bermusuhan dan sesekali sengaja dilakukan terhadap korban yang tidak mampu membela diri dengan mudah. Informasi tentang kekerasan anak di sekolah terungkap dalam penelitian yang diterbitkan pada awal Maret 2015 oleh Plan International dan International Centre for Research on Women (ICRW) adalah organisasi non-pemerintah. Di tingkat Asia, 70% anak usia sekolah mengalami *bullying* (Ahda et al., 2022).

Kasus seorang siswa yang dibunuh dengan cara dipukul dan dicabut jarinya, menurut Jasra Putra, Komisioner Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI, 2020), berlebihan dan fatal. *Bullying* fisik

dan mental siswa terhadap temannya. Selama sembilan tahun 2011-2019, sebanyak 37.381 laporan *bullying* terhadap anak dilakukan baik di media pendidikan maupun media sosial, total 2.473, dan mengalami peningkatan. jika lingkungan tidak terjaga, terutama dari guru dan orang tua yang merupakan pondasi paling penting bagi anak, akan ada lebih banyak korban karena ini terus menyebar. Uraian tersebut di atas menjadi gambaran bagi kita betapa pentingnya bagi orang tua dan guru untuk mengajarkan akhlak dan budi pekerti kepada siswanya sejak dini untuk menekan jumlah korban *bullying* (Ramadhanti & Hidayat, 2022).

Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) melaporkan pada tahun 2022 akan terjadi 226 kasus perundungan serta kekerasan fisik dan emosional. *Bullying* di sekolah disebabkan oleh kemudahan materi yang dapat diakses secara online dan oleh lingkungan yang tidak menguntungkan. Sekolah harus menjadi wadah yang aman untuk anak-anak dapat belajar dan tumbuh menjadi orang baik. Antara Januari dan Oktober 2022, setidaknya ada 206 kasus kekerasan terhadap perempuan dan anak (KTPA) yang diputuskan, menurut Pemerintah Provinsi (Pemprov) Bengkulu (Anugra 2022).

Di Indonesia, *bullying* adalah istilah umum untuk kekerasan yang sering terjadi di lingkungan pendidikan. Penindasan dapat terjadi di mana-mana itu bisa terjadi

di rumah, di sekolah, dan bahkan bisa terjadi sekarang secara online melalui media sosial. Seringkali banyak orang menyepelekan *bullying*, menganggapnya hanya lelucon atau perkelahian remaja biasa. Apa bedanya *bullying* dengan perkelahian biasa (konflik acak) yang sering terjadi. Menurut Seto Mulyad (dalam Thaeras, 2017), seorang pengawas anak, kasus *bullying* tidak boleh dianggap enteng, oleh karena itu sosialisasi dan pengawasan harus terus dilakukan.

Individu dengan *self esteem* yang tinggi sering menimbulkan rasa percaya diri pada diri mereka sendiri, kekuatan mereka, kegunaan mereka, dan pentingnya kehadiran mereka. Seseorang dengan kepercayaan diri dapat mencapai tujuan yang mereka dan orang lain miliki untuk mereka. Sekarang benar-benar menginspirasi remaja untuk mencapai tujuan mereka. Namun, seseorang dengan harga diri rendah, bagaimanapun akan sering bertindak buruk karena harga diri dapat mempengaruhi perilaku seseorang. (Clemes, Haris, et al., 2012). Korban *bullying* biasanya memiliki *self esteem* yang rendah, mengalami rasa tidak aman di sekolah, dan karena itu memilih untuk mengalihkan perhatian, yang menurunkan prestasi akademik mereka (Sekol & Farrington, 2016).

Cara terbaik untuk menghadapi *bullying* adalah dengan menghindarinya, dimulai dari anak dan lingkungannya. Meningkatkan *self esteem* anak atau yang dikenal dengan harga diri, merupakan terapi preventif yang bersumber dari diri anak sendiri. Dengan meningkatkan berbagai faktor *self esteem* seperti emosi, memiliki kompetensi, dan nilai, seseorang dapat meningkatkan tingkat *self esteem* mereka secara keseluruhan. Selain itu,

untuk mencegah *bullying* orang tua dan guru harus melakukan bagian peran mereka untuk meningkatkan harga diri anak-anak (Fitri & Aini, 2018).

Berkaitan dengan konteks tersebut di atas, minat untuk mempelajari bagaimana siswa sekolah menengah pertama memandang *self esteem* mereka dalam upaya untuk menghentikan *bullying* sebelum dapat merugikan korbannya. Karena kejadian *bullying* di SMP Negeri 15 Kota Bengkulu yang membuat sang anak trauma setelah mendapat perlakuan tidak adil dari teman sebayanya (Bengkulu Expres, 2022). Berdasarkan hal tersebut peneliti akan melakukan penelitian di sekolah tersebut. Hasil survey pendahuluan populasi sebanyak 430 siswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk menggambarkan *self esteem* siswa SMP Negeri 15 Kota Bengkulu dalam upaya pencegahan *bullying*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMP Negeri 15 Kota Bengkulu kelas 7 dan 8 dengan jumlah anak seluruhnya ada 291 orang. Sampel penelitian ini adalah siswa siswi kelas 7 dan 8 yang berusia 13-16 tahun menggunakan teknik *stratified random sampling* berjumlah 74 responden.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar kuesioner gambaran *self esteem*. Pengukuran gambaran *self esteem* menggunakan kuesioner dari Kuesioner Harga Diri Rosenberg (RSES) yang sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas dengan nilai cronbach alpha 0,844. Instrumen penelitian ini menggunakan *skala likert* dengan rentang penilaian maksimal 3 untuk pilihan sangat setuju sampai dengan nilai minimal 0 untuk pilihan sangat tidak setuju yang terdiri dari penilaian

gambaran *self esteem* yaitu berisi 10 pernyataan, kemudian hasil gambaran *self esteem* dikategorikan 16-30 adalah harga diri yang tinggi, ≤ 15 adalah harga diri yang rendah. Waktu pelaksanaan penelitian adalah bulan Maret-April 2023.

Analisis data yang digunakan berupa uji univariat dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Pada Siswa SMP Negeri 15 Kota Bengkulu Berdasarkan Jenis Kelamin

Karakteristik	F	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	41	56
Perempuan	33	44
Total	74	100

Dari tabel 1, dalam penelitian ini terlihat bahwa sebagian besar responden adalah laki-laki 41 orang responden dengan persentase 56%, sedangkan perempuan 33 orang responden dengan persentase 44%.

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Responden Pada Siswa SMP Negeri 15 Kota Bengkulu Berdasarkan Umur

Karakteristik	F	%
Umur		
12 Tahun	10	14
13 Tahun	38	51
14 Tahun	18	24
15 Tahun	8	11
Total	74	100

Dari Tabel 2. berdasarkan umur responden, dalam penelitian ini sebagian besar berumur 13 tahun sebanyak 38 orang responden dengan persentase 51% dan sebagian kecil berumur 15 tahun sebanyak 8 orang responden dengan persentase 11%.

Tabel 3. Distribusi Karakteristik Responden Pada Siswa SMP Negeri 15 Kota Bengkulu Berdasarkan Kelas

Karakteristik	F	%
Kelas		
VII	34	46
VIII	40	54
Total	74	100

Dari tabel 3. berdasarkan kelas responden, dalam penelitian ini sebagian besar pada kelas VIII sebanyak 40 orang responden dengan persentase 54% dan kelas VII sebanyak 34 orang responden dengan persentase 46%.

Tabel 4. Distribusi Karakteristik Responden Pada Siswa SMP Negeri 15 Kota Bengkulu Berdasarkan Pekerjaan Orang Tua

Karakteristik	F	%
Pekerjaan Orang Tua		
Bekerja	66	89
Tidak Bekerja	8	11
Total	74	100

Dari Tabel 4 berdasarkan pekerjaan orang tua, dalam penelitian ini sebagian besar orang tua yang bekerja sebanyak 66 responden dengan persentase 89%, sedangkan orang tua yang tidak bekerja sebanyak 8 responden dengan persentase 11%.

Tabel 5. *Self Esteem* Pada Anak Sekolah Menengah Pertama di SMP Negeri 15 Kota Bengkulu

Kategorik	F	%
Tinggi	54	73
Rendah	20	27
Total	74	100

Dari Tabel 5. menunjukkan bahwa sebagian besar *Self Esteem* Pada Anak Sekolah Menengah Pertama di SMP Negeri 15 Kota Bengkulu dalam kategori

Self Esteem Tinggi sebanyak 54 responden dengan persentase 73%, sedangkan kategori *Self Esteem* Rendah sebanyak 20 responden dengan persentase 27%.

PEMBAHASAN

Hasil dari data penelitian diatas menunjukkan bahwa gambaran *self esteem* pada anak sekolah menengah pertama sebagai upaya pencegahan *bullying* di SMP Negeri 15 Kota Bengkulu, dimana dari 74 orang responden dalam kategori *self esteem* tinggi sebanyak 54 responden dengan persentase 73%, sedangkan kategori *self esteem* rendah sebanyak 20 responden dengan persentase 27%. Artinya sebagian besar responden memiliki *self esteem* yang tinggi. Proses pengembangan harga diri dimulai pada masa kanak-kanak, dan sangat bergantung pada perhatian, penerimaan, pengakuan, dan pengakuan bersama dari lingkungan. Ketika harga diri seorang anak tidak terpenuhi, mereka mungkin merasa sedih, tertekan, tidak berharga, dan tidak relevan akibatnya, mereka mungkin melecehkan orang lain atau terlibat dalam *bullying* terhadap diri mereka sendiri. Namun, anak-anak yang memiliki pemikiran positif, merasa berharga, berarti, dan membantu adalah anak-anak yang mencari pemenuhan atau harga diri yang kuat. Anak-anak yang tidak menindas orang lain, yang dapat berhenti menindas dirinya sendiri, dan yang tidak menjadi penindas memiliki *self esteem* yang kuat (Hartono, Wibowo dan Febriani, 2017).

Orang merasa tidak mampu ketika mereka memiliki penampilan yang buruk. Keterbatasan fisik menyebabkan kompleks rasa malu dan rendah diri. Di sisi lain, daya tarik fisik mempengaruhi cara orang memandang kepribadian Anda dan meningkatkan dukungan sosial Anda. Harga diri global lebih kuat terkait dengan daya tarik fisik dan penerimaan sosial atau teman sebaya. Remaja yang mengalami tantangan fisik dan finansial biasanya lebih mungkin mengalami *bullying* pada teman sekelasnya. Bentuk *bullying* ini

bermacam-macam, bisa berupa ejekan, hinaan dan caci maki, karena *bullying* meningkatkan risiko berkembangnya berbagai masalah kesehatan fisik dan mental, termasuk depresi, kecemasan, dan gangguan tidur yang dapat mengganggu, masalah kesehatan fisik, perasaan tidak aman di kelas, dan penurunan motivasi belajar, maka sangat penting untuk orang tua untuk fokus pada pengembangan karakter anak-anak mereka di rumah (Yudha *et al.*, 2022).

KESIMPULAN

Sebagian besar responden bahwa dengan responden dalam kategori *self esteem* tinggi. Anak-anak yang memiliki pemikiran positif, merasa berharga, berarti, dan membantu adalah anak-anak yang mencari pemenuhan atau harga diri yang kuat, sehingga tidak menindas orang lain, dan dapat berhenti menindas dirinya sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahda, A. Z., Aziza, E. N., Hidayatullah, M., & Hairina, Y. (2022). *Psikoedukasi untuk meningkatkan pemahaman tentang bullying pada Madrasah Ibtidaiyah Al-Istiqamah Banjarmasin*. 2(2), 61–70.
- Amnda, V., Wulandari, S., Wulandari, S., Nabila Syah, S., Andi Restari, Y., Atikah, S., Arifin, Z. (2020). Bentuk Dan Dampak Perilaku Bullying Terhadap Peserta Didik. *Jurnal Kepemimpinan Dan Pengurusan Sekolah*, 5(1), 19–32. <https://doi.org/10.34125/kp.v5i1.454>
- Anugra, A & Y. (2022). Pengaruh Pelatihan Pendidikan Anti Bullying Terhadap Perubahan Kognitif Pelajar Mengenai Pelaku Bullying Di SMP Negeri 2 Kota Bengkulu. *Jurnal Kaganga: Jurnal Ilmiah Sosial Dan Humaniora*, 4(1), 1–10. <https://doi.org/10.33369/jkaganga.4.1.1-10>

- Arikunto, S. (2016). Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. (2017). Metode penelitian psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Clemes, Harris, & Bean, R. (2012). Bagaimana Meningkatkan Harga Diri Remaja. Jakarta: Binarupa Aksara Publisher.
- Dewi, P.Y.A. (2020). Perilaku School Bullying Pada Siswa Sekolah Dasar. *Edukasi: Jurnal Pendidikan Dasar*, 1(1), 39.
- Distina, P.P. (2019). Program Anti-Bullying Sebagai Pencegahan dan Penanganan Perilaku Bullying di Pesantren. *Tawshiyah : Jurnal Sosial Keagamaan Dan Pendidikan Islam*, 14(2), 1–23.
- Fitri, D., & Aini, N. (2018). *self esteem* pada anak usia sekolah dasar untuk pencegahan kasus *bullying*. 6(April), 36–46.
- Ghufron, M.N & Risnawita, S.R Teori-teori Psikologi. (Yogyakarta: Ar-ruz Media Group, 2017), hlm. 41
- Habsy, B.A. (2017) 'Model Konseling Kelompok Cognitive Behavior Untuk Meningkatkan Self Esteem Siswa Smk', *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 31(1), p. 21. Available at: <https://doi.org/10.21009/pip.311.4>.
- Hartono, T.A., Wibowo, W. and Febriani, R. (2017) 'Perancangan Buku Interaktif dalam Meningkatkan "Self-Esteem" Sebagai Upaya Pencegahan "Bullying" Pada Anak Usia 7-9 Tahun', *DeKaVe*, 10(1), pp. 47–56.
- Hidayati, N.A. (2016). Pengaruh Tingkat Pendidikan Orang Tua Terhadap Self-Esteem Remaja. *Seminar Psikologi & Kemanusiaan*, 535–540.
- Kendi, D. (2019). *Analisis Faktor- Faktor Penyebab Timbulnya Perilaku Bullying Pada Peserta Didik Kelas X Smkn 5 Bandarlampung Tahun Ajaran 2018 / 2019*. 1–236.
- Maroqi, N. (2019). Uji Validitas Konstruk Pada Instrumen Rosenberg Self Esteem Scale Dengan Metode Confirmatory Factor Analysis (CFA). *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, 7(2), 92–96.
<https://doi.org/10.15408/jp3i.v7i2.12101>
- Muis, D. U. (2017). *Perbedaan Self Esteem Siswa Berdasarkan Jenis Kelamin*. 1–14.
- Nursalam. (2017). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pratiwi, M. P., Setiady, I., & Fitriani, N. (2021). Hubungan Kejadian Bullying dengan Self Esteem (Harga Diri) dan Resiliensi pada Remaja. *Alauddin Scientific Journal of Nursing*, 2(2), 84–92.
- Ramadhanti, R., & Hidayat, M. T. (2022). Strategi Guru dalam Mengatasi Perilaku Bullying Siswa di Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 6(3), 4566–4573.
<https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i3.2892>
- Rilla, E. V. (2018). Hubungan Bullying Dengan Konsep Diri Remaja di SMP Negeri 5 Garut Tahun 2017. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 9(2), 66–74.
<https://doi.org/10.34305/jikbh.v9i2.70>
- Sherly Auliasari Harbelubun, I. (2021). Gambaran Bullying Pada Remaja. *Seminar Kesehatan Nasional*, 1516–1523.
- Sugiyono, (2018). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D. Bandung: PT Alfabeta.
- Surbakti, C. S. (2017). *Self Esteem Remaja Puteri Yang Memiliki Ibu Seorang Penjudi*.
<http://repository.uma.ac.id/handle/123456789/8019>

- Tiga Ananda, (2015). *Bullying Siapa Takut?: Panduan untuk Mengatasi Bullying* / Fitria Chakrawati.
- Untari, Rizka Tami, Syaiful Bahri, and Fajriani. 2017. "Pengaruh Harga Diri Terhadap Kecemasan Sosial Remaja Pada Siswa Di SMA Negeri Banda Aceh." *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling* 2(2):1–10.
- Vega, A. De, Hapidin, H. and Karnadi, K. (2019) 'Pengaruh Pola Asuh dan Kekerasan Verbal terhadap Kepercayaan Diri (Self-Confidence)', *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(2), p. 433. Available at: <https://doi.org/10.31004/obsesi.v3i2.227>.
- Yudha, R.K. *et al.* (2022) 'Sosialisasi tentang Dampak Bullying pada Remaja', *Batara Wisnu : Indonesian Journal of Community Services*, 2(2), pp. 251–256. Available at: <https://doi.org/10.53363/bw.v2i2.94>