

BAB II

TINJAUAN TEORITIS

2.1 Alasan Pemilihan Teori

Teori yang digunakan adalah teori *self esteem* dari Christopher J. Mruk (2006) yang mengembangkan teori *self esteem* dari tokoh-tokoh lainnya dan membuat teori baru dari *self esteem* yang telah ada dari tokoh-tokoh sebelumnya. Mruk menurunkan dua aspek dari teorinya mengenai *self esteem* yaitu *Competence* dan *Worthiness* selain itu teori Mruk menekankan bahwa individu mampu dan berharga sesuai dengan status kehidupannya dalam menghadapi tantangan. Perbedaan dengan teori *self esteem* dari Coopersmith (1967) *self esteem* individu merupakan kumpulan dari emosi positif dan emosi negatif dan secara menyeluruh. Oleh karena itu peneliti memilih teori *self esteem* dari Mruk (2006) karena sesuai dengan permasalahan penelitian. Untuk teori *self regulated learning* peneliti menggunakan teori dari Zimmerman (1989) yang ada pada buku “*Developing Self Regulated Learners : Beyond Achievement to Self Efficacy*” karena menjelaskan bagaimana perkembangan SRL sesuai usia perkembangan dan cocok dengan penelitian yang diteliti pada perkembangan remaja (pubertas).

2.2 Remaja

2.2.1 Pengertian Remaja

Masa remaja adalah masa kritis dalam hal kesehatan karena ada berbagai kebiasaan tidak sehat dan kematian dini di usia dewasa, dimulai di masa remaja. Banyak stereotipe negatif terhadap remaja. Sebagian besar remaja pada saat ini telah berhasil melalui jalur masa kanak-kanak menuju dewasa. Meskipun

demikian, masih banyak remaja yang tidak dibekali dengan kesempatan dan dukungan yang cukup untuk menjadi prang dewasa yang kompeten. Kita perlu memandang remaja sebagai kelompok yang heterogen akibat munculnya berbagai gambaran mengenai remaja, tergantung dari remaja yang sedang dideskripsikan itu sendiri.

Seperti halnya perkembangan yang berlangsung di masa kanak-kanak, perkembangan di masa remaja diwarnai oleh interaksi faktor-faktor genetik, biologis, lingkungan, dan sosial. Selama masa kanak-kanak, remaja menghabiskan ribuan jam untuk berinteraksi dengan orang tua, kawan-kawan, dan guru, kini tiba waktunya mereka dihadapkan pada perubahan biologis yang dramatis, pengalaman-pengalaman baru, serta tugas perkembangan baru.

2.2.2 Ciri-ciri Remaja

Ciri utama pada masa remaja adalah pubertas. Pubertas adalah sebuah periode dimana kematangan fisik berlangsung cepat, yang melibatkan perubahan hormonal dan tubuh, yang terutama berlangsung di masa remaja awal. Pubertas bukanlah suatu peristiwa tunggal dan terjadi secara tiba-tiba. Perubahan yang sangat terlihat dengan jelas di masa ini adalah terdapatnya tanda-tanda kematangan seksual serta penambahan tinggi dan berat tubuh. Berikut ciri-ciri yang ada pada masa remaja;

- a. Masa remaja mengalami perubahan secara fisik maupun hormonal.
- b. Masa remaja mengalami kematangan dalam fungsi seksualitas.
- c. Masa remaja mengalami perubahan struktur otak yang signifikan, yakni memiliki kemampuan memproses informasi.

- d. Masa remaja identik dengan teman sebaya, dimana remaja cenderung menjalin relasi dengan teman sebayanya.
- e. Masa remaja juga sering disebut dengan masa pencarian identitas diri.

2.2.3 Dinamika Perkembangan Masa Remaja Awal

Perkembangan yang terjadi di masa remaja diwarnai oleh faktor-faktor genetik, biologis, lingkungan dan sosial. Selama masa kanak-kanak menghabiskan ribuan jam untuk berinteraksi dengan orang tua, kawan-kawan dan guru, kini tiba waktunya mereka dihadapkan pada perubahan biologis yang dramatis. Relasi dengan orang tua dapat terwujud di dalam suatu bentuk yang berbeda dari sebelumnya, interaksi dengan kawan-kawan menjadi lebih akrab ;pada masa ini mereka juga mengalami pacaran maupun eksplorasi seksual dan kemungkinan melakukan hubungan seksual.

Cara berpikir remaja menjadi lebih abstrak dan idealistik. Perubahan tubuh yang terjadi memicu minat terhadap citra tubuh. Masa remaja dapat memiliki kesinambungan maupun ketidaksinambungan dengan masa kanak-kanak.

G. Stanley Hall (1904), mengajukan pandangan "*storm and stress*" untuk menyatakan bahwa masa remaja merupakan masa bergolak yang diwarnai oleh konflik dan perubahan suasana hati (*mood*). *Storm and stress* inilah yang menjadi penentu bagaimana perilaku remaja, apakah akan berperilaku positif atau negatif.

Masa remaja ditandai atau disebut sebagai masa pubertas. Pubertas adalah suatu periode dimana terjadi kematangan fisik secara cepat yang melibatkan perubahan hormonal dan tubuh yang terutama berlangsung selama masa remaja awal. Determinan pubertas dapat mencakup nutrisi, kesehatan, herediter dan masa

tubuh. Sistem endokrin yang mempengaruhi pubertas mencakup interaksi antara hipotalamus, kelenjar pituitari, dan ginads (kelenjar seks). Awal dimulainya pertumbuhan yang cepat pada pubertas rata-rata pada usia 9 tahun untuk anak perempuan dan usia 11 tahun untuk anak laki-laki. Puncaknya terjadi pada usia 11 tahun 6 bulan untuk anak perempuan dan usia 13 tahun 6 bulan untuk anak laki-laki. Kematangan seksual adalah ciri-ciri perubahan pubertas yang menonjol. Hal inilah biasanya yang menimbulkan *strom and stress* pada remaja awal, dimana ada yang yang tidak menerima perubahan secara fisik yang terjadi di masa remaja ini. Selain perubahan secara fisik, perubahan secara kognitif. Dalam ranah kognitif, remaja memiliki level lebih tinggi dari masa kanak-kanak. Itu berarti terjadi proses pada otak yang bertanggung jawab dalam tingkah laku mengendalikan untuk terlibat dalam situasi yang berbahaya atau tingkah laku impulsif.

2.2.4 Tugas Perkembangan Remaja

- a. Mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman dari kedua jenis kelamin
- b. Mencapai peran sosial yang matang sesuai jenis kelamin
- c. Menerima keadaan fisik dan memanfaatkannya secara efektif
- d. Mencapai kemandirian secara emosional terhadap orang tua dan orang dewasa lain
- e. Mempersiapkan pernikahan dan kehidupan keluarga
- f. Mempersiapkan karir ekonomi
- g. Mengembangkan sistem nilai dan etika sebagai pedoman bertingkah laku, mengembangkan ideologi

h. Mempunyai kemampuan dan kemauan bertingkah laku sosial dan bertanggung jawab.

2.2.5 *Misdemeanors*

Menurut Hurlock (1973), remaja kerap erat kaitannya dengan tindakan pelanggaran atau kenakalan. Ada dua kategori kenakalan atau pelanggaran yang dilakukan oleh remaja, yaitu *misdemeanors* dan *juvenile delinquency*. *Misdemeanors* adalah perilaku yang melanggar peraturan yang dibuat oleh orang tua, guru, dan orang dewasa lainnya yang memiliki otoritas. Sedangkan *juvenile delinquency* adalah pelanggaran yang dilakukan oleh remaja terhadap hukum atau aturan yang dibuat oleh negara atau pemerintah. *Misdemeanors* biasanya muncul pada usia 13-14 tahun (pubertas) seiring dengan meningkatnya keinginan untuk lepas dari ketergantungan serta kontrol orang dewasa dan untuk mendapatkan penerimaan dari teman sebaya. Hurlock (1973) mengemukakan bahwa ada tiga macam *misdemeanors*, yaitu di rumah, sekolah serta di masyarakat. *Misdemeanors* di rumah meliputi agresi terhadap saudara baik secara verbal maupun fisik, mudah marah, merusak dan menjatuhkan barang, tidak sopan terhadap teman dan relasi keluarga, berbohong, mencuri kecil-kecilan dari orang tua atau saudara, sering keluyuran, melalaikan tanggung jawab di rumah, lari atau kabur dari rumah. *Misdemeanors* di sekolah meliputi membolos, terlambat masuk, memalsukan tanda tangan orang tua, ribut di kelas, mencontek, mengganggu teman, tidak sopan terhadap guru dan teman, berkelahi, berbohong, melempar barang milik sekolah, pelecehan seksual, serta gagal ujian. *Misdemeanors* di

masyarakat meliputi kebut-kebutan di jalanan, merokok, dan meminum minuman beralkohol.

2.3 Self Esteem

2.3.1 Pengertian Self Esteem

Self esteem merupakan salah satu dimensi atau aspek yang menarik yang ada pada perilaku manusia, membahas mengenai eksistensi manusia, seperti kepribadian atau identitas. *Self esteem* rendah sering dikaitkan pada hal semacam gangguan mental, seperti depresi, cemas, gangguan belajar. *Self esteem* juga lebih mengarah pada permasalahan yang biasa terjadi dalam kehidupan, termasuk kesulitan dalam menerima kegagalan, kerugian, kemunduran lainnya yang menghambat kehidupan individu.

Self esteem juga merupakan aspek penting yang membahas mengenai kaitannya dengan kesehatan mental, kesuksesan, hidup yang efektif, dan bahkan hidup yang baik. *Self esteem* menjadi penting bagi pribadi individu dan juga masyarakat, khususnya dalam menjelaskan *self regulasi* dan kualitas hidup. Selain itu juga, *self esteem* dapat membantu individu untuk belajar mengenai dirinya sendiri, sesuatu yang penting berkenaan pribadi individu sendiri, seperti; siapa kita sebagai individu yang unik dan bagaimana kita sebagai individu memaknakan tindakan yang kita lakukan, tujuan jangka panjang dan pendek kita sebagai individu seperti apa, hubungan kita sebagai individu dengan orang lain, dan bagaimana kita sebagai individu bisa mengarahkan diri pada tujuan yang ingin dicapai.

Individu yang memiliki *self esteem* rendah itu perilakunya sangat menunjukkan pertentangan dengan individu yang memiliki *self esteem* tinggi. Sifat-sifat negatif yang berhubungan dengan nilai pengukuran *self esteem* itu seperti, cemas (Battle, Jarrat, Smit & Precht, 1988; Rawson, 1992), kesedihan dan depresi (Hammen, 1988; Ouellet & Joshi, 1986; Smart & walsh, 1993), permusuhan dan marah (Dreman, Spielberger & Darzi, 1997), kecemasan sosial (Leary & Kowalski, 1995; Santee & Maslach, 1982; Sharp & Get, 1996), malu dan bersalah (Tangney & Dearing, 2002), perasaan merasa beban (Leary & Meadows, 1991; Maltby & Day, 2000; Miller 1995), dan kesendirian (Haines, Scalise & Grinter, 1993; Vaux, 1988), keseluruhan perilaku negative dan neurotis. (Watson & Clark, 1984) (2003, pp. 404-405)

Sebelum dikembangkan, *self esteem* hanya dikenal dalam ranah psikologi klinis untuk menangani gangguan. Namun seiring berjalannya waktu, *self esteem* dikembangkan dalam berbagai ranah atau bidang seperti dalam setting pendidikan ataupun setting sosial. Dalam *self esteem* ada beberapa tokoh yang mengembangkannya. Pertama yaitu Stanley Coopersmith (1959, 1967), dimana dia adalah tokoh yang meneliti tentang *self esteem* dari segi teori belajar dan dalam *setting* laboratorium. Selanjutnya ada Carl Rogers (1951, 1961), dia mengembangkan *self esteem* dari sudut pandang humanistik. Setelah dikembangkan, Morris Rosenberg (!965) mengembangkan kembali *self esteem* dengan melakukan penelitian dengan mengambil 10 item yang akan diteliti dari *self esteem*. Akhirnya, selama perkembangan jaman yang pesat dan pengembangan *self esteem* di bidangnya, Nathaniel Branden (1969) mengenalkan

self esteem pada budaya dengan menerbitkan buku yang berjudul “*The Psychology of Self Esteem*”.

Seiring berjalannya waktu, *self esteem* yang selalu dipandang atau berasosiasi dengan perilaku negatif, seperti kecemasan, depresi, narsistik, agresi . Akan tetapi semakin banyak pengembangan pada *self esteem*, *self esteem* berasosiasi atau dikaitkan dengan sesuatu hal yang positif, sesuatu yang “*healthy*”, “*genuine*”, dan “*authentic*” dari *self esteem* (Deci & Ryan, 1995; Kernis, 2003b). Dengan kata lain, pengembangan baru dapat membuat sinergis baru. Hubungan antara *self esteem* dengan psikologi positif sedang banyak diteliti di periode ini.

2.3.1.1 Pemberian Definisi dari *Self Esteem*

Hal pertama dalam mengembangkan definisi yang baik *self esteem* yaitu sulit karena orang cenderung untuk fokus menekankan pada aspek yang berbeda ketika mereka menempatkan pikiran mereka dalam kata-kata . Hal lainnya adalah bahwa bagaimana seseorang mendefinisikan diri merupakan masalah penting karena definisi memiliki kekuatan : Mereka membantu membentuk apa yang kita lihat dan gagal untuk melihat , yang metode yang kita pilih dan putusan , dan standar bukti yang kita gunakan untuk menerima atau menolak bukti atau kesimpulan (Mruk , 2006) .

Alasan bahwa latihan yang disebutkan adalah karena itu merupakan mikrokosmos dari apa yang sebenarnya tampaknya terjadi antara penulis , peneliti , dan dokter di lapangan (Wells & Marwell , 1976; Smelser , 1989) . Sayangnya , apa yang biasanya tampak begitu jelas untuk pemula sering muncul dilupakan oleh para ahli . Untuk ternyata beberapa peneliti mendefinisikan diri dalam satu

cara , orang lain mendefinisikannya dalam berbagai cara , dan banyak baik mengambil istilah untuk diberikan atau mendefinisikannya sebagai luas sebagai mungkin. Hasilnya adalah bahwa konsep kehilangan kekhususan: Meskipun banyak orang mungkin berbicara tentang *self esteem*, komunikasi sedikit terjadi. Demikian juga ada beberapa alasan yang baik untuk berhenti sejenak dan mempertimbangkan mengapa mendefinisikan diri adalah diperlukan, bahkan penting, langkah pertama ketika menyelidiki fenomena ini. Pertama, definisi membuka jalur pemahaman, sebagian karena mereka menamai hal-hal dan "penamaan" bentuk persepsi. Dalam hal ini, setiap definisi utama adalah penting karena masing-masing dapat menunjukkan kepada kita beberapa hal tentang diri yang hanya bisa dilihat dari sudut pandang tertentu. Pada saat yang sama, tentu saja, definisi juga membuat batas. Meskipun masing-masing definisi tertentu membuka satu cara memandang fenomena, menutup perspektif lain yang bias menyebabkan wawasan yang berbeda atau pemahaman. Fenomenologis menyebutnya aspek persepsi manusia "*perspectivity*," (Gurwitsch, 1964), yang berarti bahwa perlu untuk sepenuhnya menghargai cara-cara di mana setiap pendekatan atau definisi kedua mengungkapkan dan menyembunyikan. Kedua, meskipun kita terbatas dalam mode ini, kita harus mengambil beberapa arah di awal setiap jenis perjalanan, bahkan satu pemahaman, sehingga penting bagi kita untuk memilih definisi terbaik. Masalah dalam bidang ini adalah bahwa ada banyak variasi dalam proses ini. Memang, ada begitu banyak itu yang mendefinisikan melibatkan diri memasuki apa yang Smelser (1989) kemukakan suatu istilah "labirin definisi" yang menyebabkan kebingungan. Mengingat kebutuhan untuk mendefinisikan istilah seakurat mungkin dalam ilmiah penelitian

dan kebutuhan untuk melakukan itu sebagai langkah pertama, cukup mengejutkan untuk menemukan bahwa, "Dari ribuan entri yang tercantum dalam ERIC pada beberapa aspek harga diri, hanya beberapa tercantum bahwa menargetkan definisi "(Guindon 2002,p. 205). Salah satu cara untuk menangani masalah definisi tersebut adalah untuk menguji definisi utama dari harga diri yang digunakan untuk melihat apakah ada mereka terbukti lebih baik daripada yang lain.

2.3.1.2 Tipe-tipe dari Definisi *Self Esteem*

Wells dan Marwell mencoba mengorganisasikan definisi dari *self esteem* melalui dua proses secara psikologis, evaluasi (menekankan pada peran kognitif) dan perhatian (memprioritaskan peran dari perasaan). Kita perlu menggaris bawahi dua proses diatas, yaitu evaluasi dan afeksi. Seperti kebanyakan perbedaan konseptual, satu antara evaluasi dan kasih sayang tidak selalu mudah untuk membuat konsisten dan jelas. Namun, penekanan pada salah satu atau proses lain menyebabkan berbagai bentuk deskripsi, penjelasan, dan kadang-kadang, pengukuran. Evaluasi diri umumnya melibatkan lebih mekanistik, deskripsi kausal, sedangkan diri sayang cenderung untuk memperoleh lebih "manusiawi" konseptualisasi dari perilaku. (1976, p.62).

Definisi yang paling dasar dari *self esteem* adalah secara singkat mengkarakteristikan *self esteem* sebagai sikap. Sikap itu melibatkan pikiran positif atau negatif, emosi dan reaksi perilaku. Sedangkan yang kedua dipandang sebagai kesenjangan. Kesenjangan antara keinginan diri untuk menjadi individu yang ideal (*ideal self*) dengan melihat diri sebagai individu yang sesuai dengan kenyataan (*real self*). Yang ketiga dipandang sebagai respon psikologi dipegang oleh individu yang tertuju pada dirinya. Respon psikologi dideskripsikan sebagai

perasaan atau afektif di lingkungan, seperti negatif vs positif, dan menerima vs menolak.

Self esteem dipahami sebagai suatu komponen atau fungsi dari kepribadian seseorang. *Self esteem* juga biasanya menjadi salah satu aspek yang berpengaruh pada motivasi atau self regulasi atau keduanya. Ada cara baik-diterima lainnya untuk membuat definisi. Alih-alih melihat jenis, misalnya, Smelser (1989) berusaha untuk mengidentifikasi "komponen diterima hampir secara universal dari konsep". Dia mulai dengan menghadirkan tiga dari mereka;

Pertama elemen kognitif, yaitu *self esteem* mengkarakteristikan beberapa bagian dari diri secara deskripsif; kekuatan, percaya diri, dan agency. Sedangkan elemen afektif, atribusi dari beberapa tahap kebajikan menurut standar yang ideal. Menurut Mruk (2006), *Self esteem* adalah status kehidupan dari seseorang kompetensi seseorang yang berkaitan dengan tantangan hidup secara layak (berharga) dari waktu ke waktu.

Ada 3 definisi yang muncul dari *Self Esteem* menurut Mruk (1999, 2006), yaitu *self esteem* sebagai kompetensi, *self esteem* sebagai kebajikan, dan *self esteem* sebagai kompetensi dan kebajikan.

a. *Self Esteem* sebagai Kompetensi

William James merumuskan bahwa *self esteem* itu merupakan hasil dari keberhasilan dalam mengerjakan atau menyelesaikan tuntutan.

$$\textit{Self Esteem} = \frac{\textit{Successes}}{\textit{Pretensions}}$$

Artinya kesuksesan dalam memenuhi tuntutan akan mempengaruhi *self esteem* seseorang, sebaliknya jika seseorang tidak bisa memenuhi tuntutan maka akan mempengaruhi *self esteem*.

Yang menjadi fokus perhatian pada definisi tersebut adalah *self esteem* didefinisikan oleh James sebagai tindakan yang mengarah untuk mencapai kesuksesan atau kompetensi. *Self esteem* pada definisi ini tergantung pada 2 hal; harapan individu, keinginan, atau aspirasi yang disebut dengan pretensi, dan kedua adalah kemampuan individu dalam menyadari keinginan yang ada dalam dirinya disebut dengan kompetensi. Dalam area kompetensi ini, kesuksesan merupakan hal yang umum. Bagi individu tertentu, kesuksesan bukan merupakan hal yang penting.

Pada definisi *self esteem* sebagai kompetensi membantu individu untuk memberikan pengembangan secara historis, pengembangan karakteristik, nilai, kepribadian, dan sebagainya. *Self esteem* pada ranah ini dipandang sebagai rasio, dimana cenderung cukup stabil sebagai perilaku.

Hal yang penting untuk membuat kompetensi terbentuk adalah konsep motivasional; adanya suatu motivasi kompetensi serta kompetensi yang lebih dekat dengan kapasitas yang ingin dicapai. (White, 1963, p.134).

Jika *self esteem* berdasarkan keberhasilan atau kegagalan yang dipandang penting bagi individu tertentu, dan jika benar bahwa individu itu harus memiliki *self esteem*, maka artinya kita sebagai individu terikat atau bergantung pada area itu saja.

Beberapa orang bahkan mungkin akan dikendalikan oleh kesuksesan dan bahkan akan menjadi “memperbudak” diri mereka sendiri, jika memandang kesuksesan secara berlebihan.

Crocker dan Park (2003, 2004) mengambil model kompetensi pada hasil akhir dan menemukan bahwa *self esteem* itu sebenarnya bisa memandu individu

untuk mencari keberhasilan dan menghindari kegagalan yang membahayakan diri mereka sendiri.

Ada beberapa permasalahan yang ada pada *self esteem* ketika didefinisikan dengan cara ini termasuk mempertaruhkan hilangnya kemandirian disebabkan oleh dorongan ingin menjadi sukses bukan hanya keinginan saja; mempunyai kapasitas rendah untuk belajar atau mengambil resiko sehingga mengalami kegagalan yang parah, ketika tidak ada keterbukaan dan kejujuran dalam *self esteem* dapat mengakibatkan konflik dalam suatu hubungan antar individu, adanya kesulitan dalam *self regulasi* dapat berakibat adanya hasil yang negatif atau perilaku negatif (seperti, marah yang berlebihan, dsb).

Ada beberapa hal masalah klinis yang dihasilkan dari pengejaran *self esteem* yang tidak sehat terkait dorongan ingin mencapai kesempurnaan, seperti yang ditemukan pada gangguan makan atau bagaimana kegagalan dalam mencapai tujuan. Selain itu ada beberapa hal yang dihasilkan dari definisi *self esteem* terutama dalam kompetensi. Pertama, suatu pendekatan yang tentu bermanfaat untuk di bidang sekolah atau pekerjaan, melihat *self esteem* itu sebagai kompetensi bukan hanya memahaminya saja akan tetapi dipraktikkan juga. Yang kedua, adanya keuntungan yang tinggi dalam memahami *self esteem* dalam relasi atau terkait dengan keberhasilan, misalnya kita sebagai individu harus menghargai suatu kegagalan maupun keberhasilan terutama dalam hal untuk motivasi diri.

Individu yang mencari berbagai kesuksesan mungkin akan menghindari mengambil kesempatan untuk mengurangi kemungkinan akan mengalami kegagalan. Selain itu, kita sebagai individu sering bereaksi secara berlebihan

ketika self esteem kita terancam. *Self esteem* memungkinkan untuk menghargai seberapa uniknya self esteem yang dimiliki masing-masing individu.

b. *Self Esteem sebagai Worthiness*

Morris Rosenberg : individu merasa bahwa ia adalah orang yang berharga ia menghormati dirinya sebagaimana adanya,tapi dia tidak bertahan dalam perasaan kekaguman terhadap dirinya sendiri, tidak juga mengharapkan orang lain untuk kagum terhadap dirinya. Ia tidak perlu menjadi superior daripada orang lain.

Dalam hal ini kognisi memainkan peranan yang penting daripada afeksi. Hal itu memungkinkan untuk melihat *self esteem* dalam hal pembentukan sikap. Tentu saja membentuk sikap diri merupakan suatu hal yang kompleks daripada hal lainnya karena orang yang mempersepsi adalah objek dari yang dipersepsi.

Fitur kedua yang membedakan definisi *self esteem* dan bekerja dari posisi ini adalah bahwa harga diri terlihat terutama dalam hal sikap tertentu. menyangkut evaluasi atau penilaian seseorang mengenai "kelayakan," diri mereka yang membawa gagasan nilai-nilai dalam ranah *self esteem*. Banyak diantara kita merasa layak atau tidak layak karena secara ada yang mengenali dirinya inheren, lebih diinginkan atau bagus dan yang lain secara general melihat dirinya jelas tidak diinginkan, lebih rendah, atau bahkan mungkin "buruk.

Worthiness memiliki lebih banyak kekuatan konotasi motivasi yang merupakan pusat dari kepribadian seseorang. Harga diri adalah sesuatu yang terjadi pada tingkat kesadaran eksplisit, Epstein menyatakan bahwa penilaian diri sendiri juga terjadi implisit, yang berarti secara tidak sadar. Harga diri adalah skema dasar manusia dalam hal persepsi, pengalaman. Harga diri dapat dikaitkan

dengan karakteristik positif, seperti martabat, kehormatan, hati nurani, dan sebagainya, serta yang negatif, seperti egoisme, narsisme, atau agresi.

Baumeister dan rekan (2003, hal. 37) melakukan tinjauan yang sangat terstruktur menemukan bahwa dengan pengecualian dalam hubungannya dengan kebahagiaan, hampir semua berefek lemah menuju standar. *Self esteem* bukanlah *predictor* terbesar dalam perilaku manusia. Bahkan jika *self esteem* merupakan hal yang signifikan, hal tersebut sangat sulit diuraikan untuk menunjukkan kejelasan hubungan antara *self esteem* dan perilaku. dari beberapa kesimpulan, *self esteem* lebih menunjukkan bahwa *self esteem* itu merupakan hasil dari pada penyebab.

c. *Self Esteem* sebagai Kompetensi dan *Worthiness*

Self esteem memiliki aspek-aspek yang saling berhubungan: *sense of personal efficacy* dan *senses of personal worth*. Ini adalah hasil dari hubungan integrasi *self confidence* dan *self respect*. Ini adalah keyakinan bahwa seseorang kompeten untuk hidup dan layak hidup.

Kompetensi mengharuskan perilaku yang dalam beberapa cara mencerminkan atau melibatkan layak atau kelayakan untuk urusan harga diri. Mengaitkan rasa layak dengan kompetensi dengan cara ini berarti bahwa merasa baik tentang diri sendiri tidak selalu mencerminkan harga diri. Perasaan seperti itu juga harus rasional, mengatakan berdasarkan perilaku yang tepat dan memang sesuai. Dengan kata lain, layak yang dihasilkan dari melakukan tindakan yang sehat dan menghindari yang destruktif, suatu kondisi yang membuat sulit untuk menghubungkan diri ke hal-hal seperti narsisme atau fenomena gelap lainnya.

Meskipun dalam teori Mruk (2006) diungkapkan self esteem terdiri dari 3 definisi, namun Mruk (2006) mengatakan bahwa yang membentuk self esteem seseorang atau individu terdiri dari competence dan worthiness. Seperti yang telah dikemukakan definisinya yaitu, “*self esteem is the lived status of one’s competence at dealing with the challenges of living in a worthy way over time.*” Yang artinya bahwa *self esteem* adalah status kehidupan seseorang dimana individu itu memiliki kemampuan dalam menghadapi tantangan hidupnya dan merasa berharga dari waktu ke waktu (Mruk, 2006). Sehingga dapat disimpulkan yang menjadi pembentuk self esteem individu dalam teori yang diungkapkan Mruk adalah *competence* dan *worthiness*.

2.3.2 Aspek Self Esteem

2.3.2.1 Competence

Competence atau disebut dengan Kompetensi merupakan salah satu aspek yang membentuk *self esteem* seseorang menurut Mruk (2006). Kompetensi merupakan kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan serta tantangan yang ada ketika mencapai tujuan. Meskipun kompetensi mengacu pada kesuksesan, namun pada dasarnya individu yang memiliki kompetensi bukan semata-mata mengejar kesuksesan dan menghindari kegagalan. Justru kompetensi individu terbentuk ketika dia mengalami kegagalan saat ingin mencapai suatu kesuksesan dalam tujuannya (Crocker and Park, 2004). Selain itu kompetensi juga merupakan konsep motivasional yang ada pada diri individu, melibatkan motivasi, kemampuan, kognitif, fisik serta melibatkan juga kelemahan yang dimiliki oleh individu. Menurut

Crocker and Park (2003,2004) *self esteem* tidak bisa didefinisikan hanya mengacu pada keberhasilan dan kegagalan saja, karena kesuksesan tidak akan bertahan selamanya dan menghadapi kegagalan itu mungkin terjadi.

2.3.2.2 *Worthiness*

Worthiness atau keberhargaan merupakan aspek kedua yang membentuk *self esteem* individu (Mruk, 2006). *Worthiness* merupakan suatu nilai keberhargaan yang ada pada diri individu bagaimana dia mengevaluasi hasil yang telah dikerjakan. Individu yang memiliki *worthiness* ialah individu yang dapat menilai baik dan buruk apa yang telah dilakukannya guna mencapai hasil sesuai tujuan. *Worthiness* mengacu pada perasaan daripada perilaku, melibatkan evaluasi pada hasil yang telah dilakukan, dan selalu melibatkan penilaian subjektif, seperti konsep baik atau buruk, benar atau salah, serta melibatkan hubungan interpersonal dan sosial. *Worthiness* individu juga terbentuk bukan semata-mata individu ingin mengharap pujian dari orang lain ketika berhasil dalam mencapai tujuannya, namun rasa beharga telah mencapai apa yang diinginkan yang membentuk *worthiness* seseorang.

Sehingga dari teori yang dikemukakan oleh Mruk (2006) aspek yang ada pada *self esteem* ada dua yaitu *competence* dan *worthiness*.

2.3.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self Esteem*

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi *self esteem*, yaitu;

1. Faktor Keluarga

a. Genetik

Psikologi Perkembangan telah tertarik bagaimana genetik mempengaruhi perkembangan tempramen dan kepribadian untuk beberapa

waktu sekarang , dan metode penelitian yang telah menjadi cukup canggih selama dekade terakhir atau lebih . Dengan demikian , meskipun itu mengejutkan untuk melihat karya jenis ini saat meneliti edisi ini , masuk akal bahwa pohon genetik harus diperiksa dalam hal cabang yang mempengaruhi harga diri hanya karena mereka memiliki begitu banyak aspek lain dari perilaku manusia . Neiss , Stevenson , dan Sedikides (2003) mereview sebagian kecil tapi pertumbuhan tubuh dari tulisan. Secara umum , mereka menyimpulkan bahwa pengaruh perhitungan genetik untuk 30-40 % dari varians antara tingkat harga diri pada saudara kandung . Faktor lingkungan non-berbagi , seperti bermain , sekolah , teman sebaya , kerja , dan sebagainya , perhitungan untuk bagian terbesar dari perbedaan yang tersisa , dan faktor lingkungan bersama menjelaskan jumlah yang relatif kecil dari itu .

Lebih khusus , biologis tampaknya dengan membawa kecenderungan tertentu seperti tingkat energi , temperamen dasar , dan tertentu fisik, kemampuan sosial , dan kognitif (atau kurangnya mereka) . Jika seorang individu beruntung cukup untuk dilahirkan dalam sebuah keluarga atau budaya yang menghargai atau konstelasi tertentu nya karakteristik dan kemampuan , maka baik orang - lingkungan mungkin terjadi .

b. Dukungan Orang tua

Keterlibatan orang tua merupakan salah satu kunci utama terbentuknya *self esteem* (Coopersmith, 1967). keterlibatan orang tua disajikan sebagai kekuatan positif . Sebagai contoh, GECAS (1971) mencatat bahwa dukungan dari ibu berkorelasi lebih dengan

mengembangkan rasa layak pada anak-anak , di mana dukungan dari ayah tampaknya terikat lebih untuk pengembangan kompetensi. Ketika ayah menghabiskan waktu untuk anak-anak mereka, maka hal ini bisa meningkatkan kesempatan akan terciptanya keterlibatan dukungan yang didapat dari orang tua.

Burger (1995) menyatakan bahwa adanya keterlibatan perasaan terkait dengan penguasaan dapat membantu dalam pengembangan harga diri , dan bahwa orangtua yang mendorong anak-anak mereka menawarkan dukungan yang lebih positif daripada mereka yang tidak . Pekerjaan lain mencatat pentingnya dukungan oleh efek ketiadaan . Misalnya , orang tua yang digambarkan sebagai acuh tak acuh terhadap anak-anak mereka , serta orang tua yang tidak hadir sering atau tidak untuk jangka waktu yang lama , cenderung memiliki anak dengan tingkat yang lebih rendah dari harga diri (Clark dan Barber , 1994; Coopersmith , 1967; Rosenberg , 1965) . Selain itu , efek ini mungkin sangat penting untuk anak-anak laki-laki (Miller , 1984) .

c. Penerimaan Orang tua

Kehangatan orangtua atau penerimaan tampaknya menjadi penting untuk pengembangan harga diri (Bednar, Wells & Peterson, 1989; Coopersmith, 1967; Rogers, 1961). penerimaan istilah yang paling sering digunakan untuk menggambarkan kesediaan orangtua untuk melihat kekuatan anak dan kelemahan, potensi dan keterbatasan. Seperti itu penerimaan adalah "hangat" dalam hal itu seimbang, tidak buta, yang berarti bahwa persetujuan sederhana tidak terkait dengan harga diri.

Sebaliknya, hanya persetujuan atau pujian lebih mungkin untuk dihubungkan dengan masalah seperti narsisme dan sebagainya. Dengan melihat kedua kekuatan dan keterbatasan seorang anak dalam situasi tertentu, orangtua dapat mendorong dia untuk menjelajahi dunia dengan cara yang didasarkan pada konstelasi unik anak kemampuan, preferensi, kompetensi, ketakutan, kepentingan, dan sebagainya di setiap usia tertentu, yang semuanya terhubung untuk mengembangkan penguasaan.

Faktor ini juga dapat diilustrasikan dengan mempelajari apa yang terjadi ketika penerimaan tidak ada. Misalnya, Kernis (2003a) mencatat bahwa kurangnya seperti penerimaan hangat atau mencintai merugikan harga diri. Dia menemukan bahwa ketika orang menderita defisit di daerah ini, mereka sering menjadi lebih cenderung mendasarkan rasa layak pada faktor-faktor ekstrinsik bukan intrinsik, yang membuat mereka lebih rentan. Crocker dan Park (2003) menemukan bahwa siswa yang menempatkan banyak nilai mereka pada kinerja akademik menderita kerugian lebih besar ketika mereka tidak diterima ke sekolah pascasarjana dibandingkan mereka yang menghargai aspek lain dari orang mereka lebih tinggi. Akhirnya, harus hampir pergi tanpa mengatakan bahwa orang tua yang keras dan menghina atau yang menggunakan nama panggilan dan cinta penarikan dapat memiliki negatif efek pada harga diri (Kernis & Goldman, 2003).

d. Konsistensi dan Harapan Orang tua

Harapan yang jelas dan batasan yang sikap orangtua sering dikaitkan dengan mengembangkan secara positif harga diri pada anak-anak

(Coopersmith , 1967) . Menetapkan harapan yang tinggi tetapi bukan tidak mungkin , misalnya, melibatkan menyediakan standar kelayakan yang jelas. Menetapkan tujuan dan memegang standar memungkinkan anak tahu bahwa bentuk-bentuk perilaku tertentu yang diinginkan , baik , atau " layak " dan diupayakan menuju, membangun dan mempertahankan batas ini penting karena gagal untuk melakukannya adalah merusak harga diri dalam jangka panjang .

e. Pola Asuh

Penelitian tentang gaya orangtua disiplin , misalnya, menunjukkan bahwa bukannya otoriter atau permisif , sebuah " demokrasi " (Coopersmith , 1967) atau pendekatan otoritatif lebih kondusif untuk mengembangkan diri pada anak-anak . Ini berarti ada kemauan orangtua untuk membahas masalah dan bernegosiasi konflik tetapi tidak dengan mengorbankan melanggar standar dasar perilaku tertentu seperti menghormati hak-hak dari yang lain. Tentu saja , beberapa orang cukup percaya yang naif harus selalu demokratis atau berwibawa . Sebaliknya, itu adalah masalah yang disiplin gaya salah satu yang paling sering digunakan atau menjadi " cukup baik " orang tua (Winnicott,1953) . Sikap rasa hormat meluas ke lainnya daerah, seperti menghormati perjanjian , meluangkan waktu untuk menjelaskan hal-hal , dan menerima (dalam batas) preferensi anak.

f. Urutan Kelahiran

Coopersmith (1967) menunjukkan bahwa urutan kelahiran dapat memiliki efek pada harga diri. Semua hal dipertimbangkan , menjadi anak

sulung sedikit meningkatkan kemungkinan mengembangkan positif harga diri . Demikian pula, ada indikasi bahwa anak-anak tanpa saudara cenderung memiliki lebih tinggi harga diri dibandingkan mereka yang memiliki saudara.

g. Modeling

Coopersmith (1967) pertama kali melihat hubungan positif antara harga diri pada tingkat ibu dan anak-anak mereka . Tapi Bednar , Wells , dan Peterson (1989) memanfaatkan besar faktor ini dengan menunjukkan bahwa orang tua benar-benar menunjukkan (yaitu, menjalani, menunjukkan , hadir dengan contoh) anak-anak mereka rute ke harga diri (atau kurangnya itu) dengan bagaimana mereka menangani mereka tantangan sendiri , konflik , dan isu-isu . " Dampak dari orang tua 'perilaku pada diri anak bisa dipungkiri ; diberikan ketidakdewasaan yang anak-anak , bagaimanapun, ekspresi orang tua resolusi mereka sendiri pertanyaan harga diri jauh lebih berpengaruh daripada apa yang mereka ajarkan secara lisan " (p . 257) .

h. Gender

Jenis kelamin bisa mempengaruhi *self esteem* seseorang. Epstein (1979) menemukan bahwa ketika perempuan diminta untuk melaporkan pengalamannya yang berkaitan dengan self esteem, mereka melaporkan pengalamannya termasuk didalamnya ada penerimaan dan penolakan. Sedangkan laki-laki melaporkan secara lancar pengalamannya termasuk didalamnya mengenai kesuksesan dan kegagalan dibandingkan dengan perempuan.

2. Faktor Ekonomi, Ras dan Budaya

Twenge dan Crocker (2002) melakukan besar meta-analisis dari ras, etnis, dan harga diri. Mereka menegaskan dasar temuan, tetapi melampaui itu untuk kelompok lain. "Dari tertinggi untuk harga diri terendah skor, kelompok yang diperintahkan sebagai berikut: Blacks, Whites, Hispanik, Indian Amerika, dan Asia "(hal. 377). Twenge dan Crocker melanjutkan untuk menjawab pertanyaan tentang bagaimana memahami ini harga diri besar temuan dengan mempertimbangkan empat penjelasan yang berbeda. Yang pertama didasarkan pada konsep stigma. Ide ini didasarkan pada gagasan "lain umum": Dalam hal ini, jika masyarakat secara keseluruhan melihat ke bawah pada kelompok yang saya anggota, maka saya harus memandang rendah diriku sendiri karena saya diinternalisasi yang umum lainnya dalam membangun identitas saya. Stigma sebagai perlindungan diri penjelasan lain yang mungkin, yang menyatakan bahwa harga diri dapat buffered dari pengaruh diskriminasi dengan perbandingan selektif. Menurut pandangan ini seorang individu yang dalam minoritas dapat diskon kegagalan dalam domain tertentu jika daerah ini adalah satu di mana nya minoritas dianggap sebagai social kurang beruntung.

Berikutnya , hipotesis identitas rasial yang positif menunjukkan bahwa harga diri bisa lebih tinggi dalam kelompok minoritas karena kelompok yang berfokus terutama pada sifat-sifat positif , yang mengangkat statusnya setidaknya di mata mereka sendiri . Akhirnya, budaya perbedaan hipotesis menyatakan bahwa aspek-aspek tertentu dari identitas budaya , khususnya apakah itu didasarkan pada individu atau kelompok , dapat menjelaskan data . Dalam hal ini , kelompok yang nilai individualism akan cenderung untuk

menekankan hal-hal seperti kinerja pribadi , terutama keberhasilan , yang akan tercermin pada tindakan harga diri yang mendeteksi variabel tersebut . Di sini, kelompok yang mengecilkan peran individu juga akan cenderung menekankan personalisasi sukses , yang bias mempengaruhi nilai pada langkah-langkah yang sama dalam arah yang negatif .

Sedangkan Menurut Coopersmith (1967) ada beberapa faktor yang juga bisa mempengaruhi *self esteem*, yaitu:

a. Penghargaan dan Penerimaan dari Orang-orang yang Signifikan

Harga diri seseorang dipengaruhi oleh orang yang dianggap penting dalam kehidupan individu yang bersangkutan. Orang tua dan keluarga merupakan contoh dari orang-orang yang signifikan. Keluarga merupakan lingkungan yang paling terdekat dan menjadi tempat interaksi pertama dalam kehidupan seseorang.

b. Kelas Sosial dan Kesuksesan

Menurut Coopersmith (1967), kedudukan kelas sosial dapat dilihat dari pekerjaan, tempat tinggal, dan pendapatan. Individu yang memiliki penghasilan tinggi, pekerjaan yang bergengsi serta tempat tinggal yang mewah akan dipandang lebih sukses di mata masyarakat.

c. Nilai dan Inspirasi Individu dalam Menginterpretasi Pengalaman

Kesuksesan yang diterima individu tidak mempengaruhi harga diri secara langsung melainkan disaring terlebih dahulu melalui tujuan dan nilai yang dipegang oleh individu.

d. Cara Individu dalam Menghadapi Devaluasi

Individu dapat meminimalisasi ancaman berupa evaluasi negatif yang datang dari luar dirinya. Mereka dapat menolak hak dari orang lain yang memberikan penilaian negatif terhadap dirinya.

2.3.4 Faktor yang Membentuk *Self Esteem*

Self esteem sudah ada dari kita kecil, dibentuk oleh relasi dengan orang tua, bagaimana sikap orang tua terhadap anak, pemberian reward-punishment yang konsisten serta respect orang tua kepada anak dapat mempengaruhi pembentukan dalam self esteem individu. Selain itu, self esteem juga berkembang dari hasil interaksi individu dengan lingkungan, seperti *significat person* lain (misalnya pacar, peers, aktivitas sosial, kepentingan pribadi, hingga media).

Peers mempengaruhi *self esteem* seseorang. Kehilangan kasih sayang, penghinaan, dan dijauhi oleh teman sebaya akan menurunkan harga diri. Sebaliknya, pengalaman, keberhasilan, persahabatan, dan kemasyuran akan meningkatkan harga diri seseorang. Selain itu juga, hal tersebut akan mempengaruhi pola kepribadian seseorang dengan dua cara. Antara lain, konsep diri merupakan cerminan tentang lingkungan sosial terhadap diri. Kedua, terkadang seseorang memilih berada dalam tekanan untuk mengembangkan ciri kepribadian agar diakui oleh lingkungan sosial atau kelompok.

Kepentingan pribadi (cita-cita), bila seseorang memiliki suatu keinginan yang tidak realistis maka akan rentan mengalami kegagalan. Dalam hal ini akan menimbulkan keadaan tidak mampu dan reaksi bertahan, dimana individu tersebut akan menyalahkan orang lain ketika mengalami kegagalan.

Aktivitas sosial mempengaruhi pembentukan harga diri seseorang. Individu mulai menyadari bahwa dirinya berharga sebagai individu dengan lingkungannya.

Media pun berperan dalam pembentukan *self esteem*, tidak sedikit individu yang mencontoh atau terpengaruh dengan apa yang ditampilkan oleh media.

Selain itu menurut Esther Sui-chu Ho dalam penelitiannya mengatakan bahwa yang membentuk *self esteem* siswa adalah *parental involvement* serta *parental investment*. *Parental involvement* atau yang disebut keterlibatan orang tua dapat mempengaruhi *self esteem* pada anak baik dari latar belakang keluarga yang tinggi atau rendah. *Parental involvement* meliputi dukungan orang tua ketika anak sedang mengerjakan PR di rumah, mengawasi kemajuan belajar anak, serta diskusi mengenai sesuatu hal yang bisa mengembangkan potensi anak. *Parental investment* meliputi fasilitas yang disediakan orang tua dalam kegiatan belajar siswa. Dari penelitian ini yang sangat berpengaruh dalam membentuk *self esteem* siswa adalah *parental involvement*.

2.3.5 Karakteristik Individu Berdasarkan Harga Diri (*Self Esteem*)

2.3.5.1 Karakteristik *self esteem* tinggi

Self esteem yang tinggi akan membangkitkan rasa percaya diri, penghargaan diri, rasa yakin akan kemampuan diri, rasa berguna serta rasa bahwa kehadirannya diperlukan di dalam dunia ini. Contoh : seorang remaja yang memiliki *Self esteem* yang cukup tinggi, dia akan yakin dapat mencapai prestasi yang dia dan orang lain harapkan. Pada gilirannya, keyakinan itu akan memotivasi remaja tersebut untuk sungguh-sungguh mencapai apa yang diinginkan.

Karakteristik anak yang memiliki *Self esteem* yang tinggi menurut Clemen dan Bean (2001 : 334), antara lain :

- 1) Bangga dengan hasil kerjanya

- 2) Bertindak mandiri
- 3) Mudah menerima tanggung jawab
- 4) Mengatasi prestasi dengan baik
- 5) Menanggapi tantangan baru dengan antusiasme
- 6) Merasa sanggup mempengaruhi orang lain
- 7) Menunjukkan jangkauan perasaan dan emosi yang luas

Manfaat dari dimilikinya *Self esteem* yang tinggi (Branden, 1999 :6-7), diantaranya :

- 1) Individu akan semakin kuat dalam menghadapi penderitaan-penderitaan hidup, semakin tabah, dan semakin tahan dalam menghadapi tekana-tekanan kehidupan, serta tidak mudah menyerah dan putus asa
- 2) Individu semakin kreatif dalam bekerja
- 3) Individu semakin ambisius, tidak hanya dalam karier dan urusan financial, tetapi dalam hal-hal yang ditemui dalam kehidupan baik secara emisional, kreatif maupun spiritual.
- 4) Individu akan memiliki harapan yang besar dalam membangun hubungan yang baik dan konstruktif.
- 5) Individu akan semakin hormat dan bijak dalam memperlakukan orang lain, karena tidak memandang orang lain sebagai ancaman.

2.3.5.2 Karakteristik *self esteem* rendah

Remaja yang memiliki *Self esteem* rendah akan cenderung merasa bahwa dirinya tidak mampu dan tidak berharga. Disamping itu remaja dengan *Self esteem* rendah cenderung untuk tidak berani mencari tantangan-tantangan baru dalam hidupnya, lebih senang menghadapi hal-hal yang sudah dikenal dengan baik serta

menyenangi hal-hal yang tidak penuh dengan tuntutan, cenderung tidak merasa yakin akan pemikiran-pemikiran serta perasaan yang dimilikinya, cenderung takut menghadapi respon dari orang lain, tidak mampu membina komunikasi yang baik dan cenderung merasa hidupnya tidak bahagia.

Pada remaja yang memiliki *Self esteem* rendah inilah sering muncul perilaku negatif. Berawal dari perasa tidak mampu dan tidak berharga, mereka mengkompensasikannya dengan tindakan lain yang seolah-olah membuat dia lebih berharga. Misalnya dengan mencari pengakuan dan perhatian dari teman-temannya. Dari sinilah kemudian muncul penyalahgunaan obat-obatan, berkelahi, tawuran, yang dilakukan demi mendapatkan pengakuan dari lingkungan. Karakteristik anak dengan *Self esteem* yang rendah menurut Clemes dan Bean (2001 : 4-5) diantaranya :

- 1) Menghindari situasi yang dapat mencetuskan kecemasan
- 2) Merendahkan bakat dirinya
- 3) Merasa tak ada seorangpun yang menghargainya
- 4) Menyalahkan orang lain atas kelemahannya sendiri
- 5) Mudah dipengaruhi oleh orang lain
- 6) Bersikap defensif dan mudah frustrasi
- 7) Merasa tidak berdaya
- 8) Menunjukkan jangkauan perasaan dan emosi yang sempit

Akibat memiliki *Self esteem* yang negatif, yaitu :

1) Mudah merasa cemas, stress, merasa kesepian dan mudah terjangkit depresi

- 2) Dapat menyebabkan masalah dengan teman baik dan social

- 3) Dapat merusak secara serius, akademik dan penampilan kerja
- 4) Membuat underchiver dan meningkatkan penggunaan obat-obat dan alkohol (Utexas. Edu, 2001 : 3)

2.4 Self Regulation

2.4.1 Pengertian Self Regulation

Persepsi sosial kognitif adalah cara berbeda dalam melihat *self regulasi* sebagai interaksi antara personal, perilaku dan lingkungan (Bandura, 1986). Dengan lebih spesifik, tidak hanya memerlukan kemampuan berperilaku dalam pengaturan diri terhadap lingkungan, tetapi juga memerlukan pengetahuan dan perasaan pribadi untuk mencapai kemampuan yang relevan. *Self regulation* mengacu pada pengaturan diri yang meliputi pikiran, perasaan serta tindakan yang terencana serta siklus yang disesuaikan dengan tujuan pribadi individu. Pengertian ini, merupakan dari tindakan serta proses tertutup yang keberadaannya tergantung dari keyakinan dan motif, berbeda dengan definisi sikap, kemampuan dan tampilan kompetensi. Proses tersebut dapat menjelaskan mengapa individu dapat meregulasi diri pada satu jenis dari tindakan saja tidak lebih. Formulasi dari pengaturan pribadi juga berbeda dengan pandangan metakognitif yang menekankan bahwa *self regulation* hanya menekankan pada pengetahuan dan penalaran deduktif ketika, misalnya dalam pemilihan strategi kognitif. Meskipun metakognitif berperan penting, *self regulation* juga tergantung kepada keyakinan diri dan reaksi afektif, seperti keraguan dan kecemasan, terhadap suatu tindakan yang dilakukan (Zimmerman, 1995).

2.4.2 Struktur dari Sistem *Self Regulation*

Dari persepsi sosial kognitif, proses pengauran diri dan mengiringi keyakinan terdiri dari 3 siklus: pemikiran, tindakan atau pengaturan keinginan, dan proses refleksi diri. Pemikiran mengacu pada proses yang mendahului suatu tindakan dan mengatur diri. Tindakan atau kontrol keinginan meliputi proses yang melibatkan motorik dalam pemusatan perhatian dan tindakan. Refleksi diri melibatkan proses yang terjadi setelah tindakan muncul dan mempengaruhi respon individu pada pengalaman tersebut. Refleksi diri, mempengaruhi pemikiran mengenai upaya motorik selanjutnya yang akan melengkapi siklus regulasi diri (Zimmerman, 1998).

a. *Forethought* (Pemikiran)

Pada tahap *forethought* melibatkan dua aspek yang penting yaitu : (1) *task analysis* atau analisis tugas, (2) *self motivational beliefs*. Di dalam *task analysis* terdapat dua hal yang penting, yaitu *goal setting* dan *strategic planning*. *Goal setting* mengacu pada penetapan tujuan dalam memecahkan suatu masalah, misalnya memecahkan masalah dalam mengerjakan tugas matematika. Sedangkan *strategic planning* merupakan kemampuan untuk meningkatkan aktivitas secara optimal dalam mencapai suatu tujuan. Siswa atau pelajar harus memiliki metode yang bisa mengacu pada tugas serta aturan.

Selanjutnya di dalam *forethought* terdapat *self-motivational beliefs*, yaitu keyakinan akan motivasi diri dalam mencapai tujuan. Pada *self motivational beliefs* dibagi 4, yaitu ada *self efficacy*, *outcome expectation*, *intrinsic interest/valuing*, dan *goal orientation*. *Self efficacy* merupakan kemampuan yang mengarah pada keyakinan individu terhadap cara belajar secara efektif, misalnya

keyakinan individu agar mendapat nilai A di kelasnya. *Outcome expectation* merupakan keyakinan terhadap akhir dari suatu tindakan atau aktivitas yang telah dilakukan oleh individu, misalnya individu memiliki keyakinan akan mendapatkan nilai A dan dia juga meyakini konsekuensi apa yang akan dia dapat setelah mendapat nilai A untuk kedepannya nanti.

b. *Performance or volitional control* (Kontrol tindakan)

Performance or volitional control merupakan kemampuan dalam mengatur tindakan yang dilakukan oleh individu. Di dalam *performance or volitional control* terdapat 2 aspek yang berpengaruh, yaitu *self-control* dan *self-observation*. *Self control* merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan dirinya. Ada empat faktor yang mempengaruhi *self control*, yaitu *self instruction*, *imagery*, *attention focusing*, dan *task strategies*. *Self intruction* merupakan suatu kemampuan individu dalam memproses satu tugas, baik secara terbuka maupun tertutup. Sebagai contoh, menyelesaikan masalah dalam mengerjakan tugas matematika, mengingat rumus, serta verbalisasi yang dapat meningkatkan belajar siswa. Selain itu juga bisa meningkatkan usaha siswa dalam mengerjakan tugas, khususnya untuk siswa disabilitas. *Imagery* merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk membentuk suatu gambaran agar dapat lebih luas menggunakan teknik yang ada pada self control serta untuk membantu mengingat atau menyandi suatu aktivitas yang dilakukan individu. *Attention focusing* merupakan kemampuan individu dalam mendesain untuk meningkatkan konsentrasi serta perhatian. *Task strategies* merupakan kemampuan yang dapat membantu proses pembelajaran dan aktivitas dengan mereduksi tugas yang dirasa perlu atau penting, misalnya siswa mendengarkan guru dalam menyampaikan materi

kemudian siswa menandai hal-hal penting apa yang guru sampaikan dalam materi. Keempat hal yang ada dalam *self control* secara efektif dapat meningkatkan proses pembelajaran siswa.

Selanjutnya *self observation* merupakan kemampuan yang dapat meningkatkan keefektifan siswa dalam proses belajar. Di dalam *self observation* terdapat dua hal yang terpenting, yaitu *self recording* dan *self experimentation*. Selain itu di dalam *self observation* juga terdapat *self feedback*, dimana dalam meningkatkan *self feedback* memerlukan *self recording*. Pada umumnya *self recording* mampu meningkatkan *self observational*, kedekatan, keakuratan, valensi dari *self feedback*. Selain *self recording*, terdapat pula *self experimentation*. *Self observation* dapat memandu siklus *self experimentation*. Ketika *self observation* yang berasal dari perilaku yang natural tidak bisa menetapkan informasi diagnostik, individu bisa terlibat dalam experimentasi personal oleh sistem yang bermacam-macam dari aspek yang ada di dalam pertanyaan.

c. *Self-Reflection* (Refleksi Diri)

Self reflection merupakan proses yang erat kaitannya dengan *self observation*. Di dalam *self reflection* terdapat dua aspek ,yaitu ada *self judgement* dan *self reaction*. *Self judgement* adalah penilaian individu terhadap aktivitas yang telah dilakukannya. Selain itu juga pada aspek ini terdapat *self evaluation*, yaitu kemampuan individu untuk membandingkan hasil kerjanya dengan goal yang ingin dicapai sesuai dengan usaha yang telah dilakukan.

2.5 *Self Regulated Learning*

Pintrich (dalam Yukselturk, Erman, & Safure Bulut, 2009) mendefinisikan *self regulated learning* (SRL) sebagai (a) berusaha keras untuk mengontrol perilaku, (b) berusaha keras untuk mencapai tujuan tertentu, (c) individu harus mengendalikan tindakannya. Sedangkan Wolters (1998) mengatakan bahwa *self regulated learning* adalah kemampuan seseorang untuk mengelola secara efektif pengalaman belajarnya sendiri di dalam berbagai cara, sehingga mencapai hasil belajar yang optimal.

Santrock (2009) mengatakan bahwa *self regulated learning* terdiri atas pembangkitan diri dan pemantauan diri atas pikiran, perasaan, dan perilaku dengan tujuan untuk mencapai sasaran. Sasaran-sasaran ini dapat berupa akademik, (meningkatkan pemahaman saat membaca, menjadi penulis yang lebih terorganisir, belajar untuk melakukan pengalihan, mengajukan pertanyaan yang relevan) atau sasaran sosioemosional (mengendalikan kemarahan, bergaul dengan lebih baik dengan teman sebaya).

Pemaparan definisi tersebut sejalan dengan definisi Zimmerman (1989) yang memaparkan secara umum bahwa *self regulated learning* pada individu dapat digambarkan melalui tingkatan atau derajat yang meliputi keaktifan, berpartisipasi baik itu secara metakognisi, motivasional, maupun perilaku dalam proses belajar. Dalam perkembangannya *self regulated learning* umumnya telah terbentuk dari individu masih kanak-kanak dan berkembang sampai sekolah menengah.

Self Regulated Learning adalah *self-generated* dari pikiran, perasaan dan tindakan yang direncanakan untuk memperoleh tujuan spesifik yang berkenaan

dengan pendidikan, seperti menganalisis membaca tugas, menyiapkan untuk menghadapi ujian, atau menulis paper .

Self Regulated Learning berhubungan dengan aplikasi dari regulasi dan *self regulasi* untuk persoalan dalam belajar, khususnya belajar akademik dalam setting sekolah atau di kelas. Hal inilah yang menjadi poin utama dari perbedaan model SRL yang berbeda usulan konstruk dan konseptualisasi yang berbeda pula.

2.5.1 Struktur Umum *Self Regulated Learning*

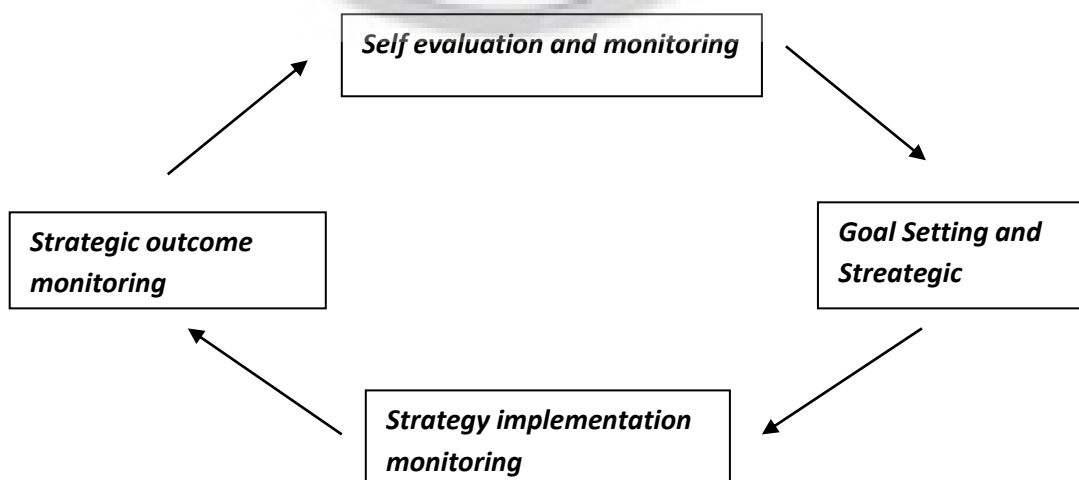
Terdapat banyak perbedaan model dari SRL, yaitu perbedaan usulan struktur dan mekanisme, tapi mereka membagi beberapa asumsi dasar tentang belajar dan self regulasi. Ketika *self-regulatory* bermain pada peran penting dalam perkembangan dan menggunakan kemampuan belajar, siswa akan menjadi lebih sadar dengan tajam dari perbaikan pada prestasi akademik mereka dan mempertinggi rasa pengalaman dari kemampuan individu.

Menurut sejarah, guru menggunakan pekerjaan rumah (PR) sebagai sumber utama dari kemampuan praktek akademik, dan kita mengusulkan untuk mengembangkan latihan pekerjaan rumah (PR) untuk melibatkan latihan *self-regulatory* sebaik keahlian yang memuaskan. Pada bagian ini, sebagai ciri khas ruang kelas bisa menjadi telah diubah pada pendidikan untuk memajukan metoda dalam menemani pembelajaran siklus dari *self-regulatory* dalam belajar.

Dari beberapa anggapan, secara umum *self regulated learning* adalah suatu proses yang aktif, proses terstruktur dimana pembelajar mengatur tujuannya untuk proses belajar mereka dan berusaha mengawasi, meregulasi, mengontrol pikiran mereka, keinginan, dan perilaku, mengarahkan oleh tujuan mereka dan

memberikan peran penting secara kontekstual bagi lingkungan. Aktivitas *self regulatory* dapat menengahi hubungan antara individu, konteks, dan keseluruhan prestasi mereka. Definisi ini serupa dengan model lain dari *self regulated learning* (e.g., Butler & Winne, 1995; Zimmerman, 1989, 1998a, 1998b, 2000).

- a. *Self evaluation and monitoring* : ketika siswa menilai keefektifan pribadi mereka, sering mengobservasi dan merekam dari tindakan sebelumnya dan hasilnya.
- b. *Goal setting and strategic planning*: ketika siswa menganalisis tugas belajar, mengatur tujuan belajar dengan spesifik, dan rencana atau memperbaiki strategi untuk memperoleh goal (tujuan).
- c. *Strategic-implementation monitoring* : ketika siswa mencoba menjalankan strategi secara terstruktur dan memonitor ketepatan mereka dalam pelaksanaannya.
- d. *Strategic-outcome monitoring*: ketika siswa memfokuskan perhatian mereka terhadap penghubung antara hasil belajar dan proses strategi untuk menetapkan keefektifan.



Gambar 2.1

Tahap pertama pada siklus *self regulated learning* ini berkaitan dengan evaluasi siswa pada tugas. Sebagai siswa yang memulai suatu topik pembelajaran yang terasa asing, mereka ragu menggunakan keefektifan mereka. Dengan mempertahankan catatan kemampuannya dalam belajarakan meningkatkan *self evaluasi* siswa. Sebagai contoh untuk mengetahui sejauh mana mereka menghabiskan waktu untuk belajar, siswa melakukan self test. Self test atau feedback bisa didapatkan dari guru, teman atau orang tua yang bisa memicu self evaluasi siswa.

Tahap kedua berkaitan dengan bagaimana siswa menganalisis tugas yang diberikan oleh guru, merencanakan tujuan yang akan dicapai dan merencanakan strategi belajar. Sebagai siswa yang masih belum terbiasa dengan tugas, mereka hanya punya sedikit kemampuan untuk membagi tugas yang diberikan guru. Guru bisa menginstruksikan siswa bagaimana cara menganalisis tugas, mengatur secara efektif tujuan, dan memilih strategi dengan benar.

Tahap ketiga berkaitan dengan mengimplementasikan atau mempraktekan strategi yang telah dipilih oleh siswa, yang mana tergantung pada strategi yang digunakan sebelumnya, serta *feedback* yang didapat dari guru, *peers grup*, dan juga self monitoring yang dilakukan oleh siswa.

Tahap keempat terkait memperluas pengawasan siswa termasuk dalam menunjukkan tindakan keluar yang berasosiasi dengan macam-macam strategi untuk mencapai keefektifan. Sebagai contoh, siswa melakukan diskusi kelompok untuk menghafal beberapa kata kunci dalam satu mata pelajaran dengan merangkum point-pointnya. Dalam siklus *self regulated learning* guru berperan

aktif dalam meningkatkan masing-masing tahapan. Guru memiliki peran memberi contoh di kelas, mengawasi siswa dalam mengerjakan tugas, mengarahkan siswa dalam penyelesaian tugas, mengarahkan siswa dalam pencapaian target serta tujuan dalam belajar, serta memberikan contoh saat di kelas.

2.5.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self Regulated Learning*

Zimmerman & Schunk (2001) dan Pintrich & Schunk (2002) (dalam Santrock, 2009) menyebutkan bahwa perkembangan *self regulated learning* dipengaruhi oleh banyak faktor, diantaranya modeling dan *self efficacy*. Modeling merupakan sumber penting untuk menyampaikan keterampilan-keterampilan pengaturan diri.

Di antara keterampilan pengaturan diri dimana model dapat terlibat adalah perencanaan dan pengelolaan waktu secara efektif, perhatian dan konsentrasi, pengorganisasian dan pengodean informasi secara strategis, pembentukan lingkungan kerja yang produktif, dan penggunaan sumber-sumber sosial. Sedangkan menurut Thoresen dan Mahoney (dalam Zimmerman, 1989) memaparkan dari perspektif sosial-kognitif, bahwa keberadaan *self regulated learning* ditentukan oleh tiga wilayah yakni wilayah person, wilayah perilaku, dan wilayah lingkungan.

a. Faktor individu (*personal influences*)

Personal siswa merupakan salah satu faktor yang penting dalam *self regulated learning*. Salah satu bagian dalam personal siswa ini adalah *self efficacy*. *Self efficacy* sangat berkaitan dengan bagian-bagian lainnya dalam personal siswa, yaitu pengetahuan siswa, proses metakognitif, tujuan, dan afeksi.

(1) *Self efficacy*

Para ahli teori sosial kognitif mengasumsikan bahwa *self efficacy* merupakan variabel kunci dalam self regulated learning (Bandura dalam Zimmerman, 1989). Zimmerman (1989) mendefinisikan *self efficacy* adalah persepsi kemampuan diri dalam mengelola dan melakukan tindakan-tindakan yang penting untuk mencapai tingkat performa keterampilan suatu tugas.

(2) Pengetahuan siswa

Pengetahuan *self regulated learning* harus memiliki kualitas pengetahuan prosedural dan pengetahuan bersyarat (*conditional knowledge*). Pengetahuan prosedural mengarah pada pengetahuan bagaimana menggunakan strategi, sedangkan pengetahuan bersyarat merujuk pada pengetahuan kapan dan mengapa strategi tersebut berjalan efektif.

(3) Tujuan (*goal*)

Menetapkan suatu tujuan, baik itu tujuan jangka pendek maupun jangka panjang dalam sebuah proses belajar merupakan hal yang sangat penting. Penetapan tujuan jangka panjang merupakan awal dalam mengambil keputusan metakognitif. Hal ini sesuai dengan Zimmerman (1989) yang menyatakan bahwa pengambilan keputusan metakognitif ini tergantung pada tujuan jangka panjang dari siswa.

(4) Proses metakognitif

Proses metakognitif adalah proses pengambilan keputusan yang mengatur penyeleksian dan penggunaan berbagai bentuk pengetahuan. Pengambilan keputusan metakognitif ini tergantung pada tujuan jangka

panjang dari siswa (Zimmerman, 1989). Dalam proses metakognitif, seseorang yang melakukan pengaturan diri dalam belajar (*self regulated learning*) itu merencanakan, menetapkan tujuan, memonitor diri sendiri, melakukan evaluasi diri selama proses kemahiran itu berlangsung (Corno, 1986, 1989; Ghatala, 1986; Pressley, Borkowski, & Schneider, 1987 dalam Zimmerman, 1990).

(5) Afeksi

Zimmerman (1989) mengungkapkan bahwa afeksi juga dapat mempengaruhi fungsi *self regulated learning*. Misalnya, terdapat sebuah bukti bahwa kecemasan menghambat proses metakognitif terutama proses mengontrol tindakan.

b. Faktor perilaku (*behaviour*)

Tiga cara dalam merespon berhubungan dengan analisis *self regulated learning*; observasi diri (*self observation*), penilaian diri (*self judgement*), dan reaksi diri (*self reaction*). Meskipun diasumsikan bahwa setiap komponen tersebut dipengaruhi oleh berbagai macam proses pribadi yang tersembunyi (*self*), namun proses dari luar diri individu juga ikut berperan. Setiap komponen terdiri dari perilaku yang dapat diamati, dilatih, dan saling mempengaruhi. Oleh karena itu, *self observation*, *self judgement* dan *self reaction* dikategorikan sebagai faktor perilaku yang mempengaruhi *self regulated learning*. Selanjutnya, Bandura mengatakan bahwa dinamika proses beroperasinya *self regulated learning* antara lain terjadi pada subproses yang berisi *self observation*, *self judgement* dan *self reaction*. Ketiganya memiliki hubungan yang sifatnya timbal balik seiring dengan konteks persoalan yang dihadapi. Hubungan timbal balik

tidak selalu bersifat simetris melainkan lentur dalam arti salah satu konteks tertentu dapat menjadi lebih dominan dari aspek lainnya, demikian pula aspek tertentu menjadi kurang dominan.

c. Faktor Lingkungan (*environment*)

Setiap gambaran faktor lingkungan diasumsikan berinteraksi secara timbal balik dengan faktor pribadi dan perilaku. Ketika seseorang dapat memimpin dirinya, faktor pribadi digerakan untuk mengatur perilaku secara terencana dan lingkungan belajar dengan segera. Individu diperkirakan memahami dampak lingkungan selama proses penerimaan dan mengetahui cara mengembangkan lingkungan melalui penggunaan strategi yang bervariasi. Individu yang menerapkan self regulation biasanya menggunakan strategi untuk menyusun lingkungan, mencari bantuan sosial dari guru, dan mencari informasi.

2.5.3 Karakteristik Individu yang Mempunyai *Self Regulated Learning*

Menurut Winne (dalam Santrock , 2009), karakteristik dari pelajar yang menggunakan *self regulated learning* yaitu;

- a. Bertujuan memperluas pengetahuan dan menjaga motivasi
- b. Menyadari keadaan emosi mereka dan memiliki strategi untuk mengelola emosinya.
- c. Secara periodik memonitori kemajuan ke arah tujuannya
- d. Menyesuaikan atau memperbaiki strategi berdasarkan kemajuan yang mereka buat
- e. Mengevaluasi halangan yang mungkin muncul dan melakukan adaptasi yang diperlukan

Dari beberapa karakteristik mengenai siswa yang menggunakan *self regulated learning* yang telah dikemukakan diatas, dapat disimpulkan bahwa mereka harus memiliki motivasi yang kuat, tujuan yang akan dicapai, mampu mengelola perasaan, dan memiliki berbagai macam strategi untuk belajar.

2.6 Kerangka Pemikiran

Penelitian ini didasari dari hasil pengamatan peneliti, yang melihat banyaknya siswa SMP PGRI 7 yang sering melanggar peraturan sekolah. Siswa-siswa yang bersekolah di SMP PGRI 7 berasal dari keluarga yang tidak mampu serta dari keluarga yang bercerai, maka tak heran sebagian besar siswa perilakunya selalu melanggar peraturan di sekolah. Sebagian besar orang tua siswa yang bersekolah di SMP PGRI 7 ini bekerja sebagai buruh, namun ada juga yang bekerja sebagai PNS. SMP PGRI 7 ini kurang memiliki sarana serta fasilitas yang memadai untuk para siswa. Selain itu, menurut salah seorang guru SMP PGRI 7 jarang mengadakan kegiatan untuk para siswa tidak seperti sekolah menengah pertama pada umumnya.

Siswa-siswa SMP PGRI 7 sering melakukan pelanggaran di sekolah. Pelanggaran yang dilakukan oleh para siswa ini meningkat dari tahun ke tahun, baik pelanggaran ringan (seperti berpakaian) hingga pelanggaran berat (seperti membolos, merokok di lingkungan sekolah atau jam istirahat, tidak mengerjakan tugas, dsb.). Banyak siswa yang sering tidak lulus ujian baik UTS atau UAS, akan tetapi siswa-siswa tersebut tidak peduli akan nilai mereka yang rendah.

Namun dari sekian banyak siswa yang melanggar serta memiliki prestasi rendah, masih ada siswa-siswa yang menunjukkan perilaku positif serta

pencapaian akademik yang tinggi berbeda dengan teman-temannya yang mayoritas berperilaku buruk. Siswa-siswa ini termasuk kedalam *ranking* 5 besar di kelasnya. Siswa-siswa yang termasuk 5 besar di kelas cenderung memiliki usaha dalam proses belajarnya. Sebagian besar dari mereka yang memiliki kompetisi yang tinggi dalam meraih peringkat di kelas. Mereka terus ingin berusaha untuk menjadi yang terbaik selama mereka bias mencapai nilai tertinggi.

Hal yang membuat mereka terus mempertahankan prestasinya adalah orang tua serta faktor dari dalam dirinya. Sebagian besar siswa yang memiliki prestasi akademik beranggapan bahwa dengan mereka menunjukkan prestasi di sekolah maka akan mendapat pandangan positif pula dari orang di sekitarnya. Mereka ingin menunjukkan bahwa mereka berbeda dengan siswa-siswa lain yang banyak melakukan pelanggaran di sekolah. Selain itu mereka menganggap bahwa mereka layak mendapatkan prestasi yang unggul ketika teman-teman lainnya lebih sering melakukan pelanggaran. Dengan mereka berprestasi di sekolah serta mengikuti aturan yang ada di sekolah, mereka bisa membawa nama baik orang tua dan juga nama baik sekolah. Mereka berpendapat meskipun mereka berasal dari keluarga yang kurang mampu, akan tetapi mereka bisa menunjukkan kepada orang sekitar bahwa mereka mampu memiliki prestasi yang tinggi. Dengan banyaknya anggapan negatif orang disekitar mengenai keadaan sekolah yang seperti itu, membuat mereka semakin terpacu untuk menampilkan kesan positif pada orang-orang disekiat. Agar mereka tidak dianggap sama dengan siswa yang berperilaku negatif di sekolahnya. Mereka juga merasa berguna bagi orang-orang di sekitarnya dengan mendapat prestasi tinggi di sekolah. Mereka bisa mengajarkan dan berbagi ilmu kepada teman-teman dengan cara berdiskusi bersama. Mereka

juga tidak pernah melihat suatu tantangan yang mereka hadapi sebagai hambatan melainkan sebagai motivasi serta pengalaman hidup agar bisa lebih baik lagi ke depannya. Selain itu, nasihat-nasihat yang orang tua mereka menimbulkan keinginan dalam diri mereka untuk terus berusaha menjadi siswa teladan di sekolah dengan berperilaku positif dan berprestasi tinggi tiap tahunnya.

Menurut Mruk (1999, 2006) *Self esteem* dipahami sebagai suatu komponen atau fungsi dari kepribadian seseorang. *Self esteem* juga biasanya menjadi salah satu aspek yang berpengaruh pada motivasi atau *self* regulasi atau keduanya. *Self esteem* seseorang akan muncul jika ada di suatu keadaan yang tidak mengenankan atau mengancam. Seperti pada siswa-siswa ini, *self esteem* mereka timbul dikarenakan adanya pandangan-pandangan negatif dari orang sekitar mengenai keadaan sekolah mereka yang kebanyakan siswa-siswanya berperilaku negatif. Hal inilah yang mengindikasikan munculnya *self esteem* pada siswa-siswa *ranking* 5 besar. Dengan begitu siswa-siswa ini berusaha agar bisa menunjukkan perilaku positif dan prestasi yang tinggi agar bisa menyanggah pandangan-pandangan dari orang sekitar, bahwa meskipun mereka bersekolah di sekolah swasta yang kebanyakan siswa-siswanya berperilaku negatif, akan tetapi mereka berbeda dari siswa lainnya. Siswa-siswa *ranking* 5 besar ini merasa bangga pada dirinya sendiri tidak tergoda oleh ajakan teman-temannya untuk melakukan hal buruk serta mereka merasa mampu mendapatkan prestasi akademik yang baik di sekolah yang bisa membanggakan orang tua mereka. Mereka tetap bisa meraih prestasi tinggi di kelas dan berperilaku sebagai siswa teladan di sekolah.

Selain itu dari hasil wawancara terhadap siswa-siswa SMP PGRI 7 yang memiliki *self esteem* dalam dirinya, memiliki motivasi dalam meraih prestasi di

sekolah. Mereka memiliki cara tersendiri dalam meraih prestasi yang diinginkan. Siswa-siswa yang memiliki *self esteem* ini memiliki karakteristik belajar mandiri dalam meraih prestasi di kelas. Mereka bisa memfokuskan pada tujuan yang ingin mereka capai tanpa terganggu atau terbujuk oleh ajakan untuk melakukan hal negatif dari teman-teman lainnya. Mereka selalu melakukan aktivitas diskusi dengan teman-temannya yang memiliki tujuan yang sama, selalu bertanya pada guru ketika ada mata pelajaran yang belum dipahami, selalu mengevaluasi kembali hasil yang didapatkan baik itu hasil yang bagus atau buruk, selalu mencari referensi sendiri ketika mendapat tugas yang sulit, bisa membagi waktu untuk belajar dan bermain, serta selalu mengulang kembali pelajaran ketika di rumah. Dengan perilaku-perilaku tersebut, dapat diindikasikan bahwa siswa termasuk memiliki *self regulated learning*. Menurut Zimmerman (1989), dalam *self regulated learning* terdapat aspek yaitu, *self evaluation and monitoring*, *goal setting and strategic planning*, *strategy-implementation monitoring*, dan *strategic-outcome monitoring*. *Self evaluation and monitoring* mengacu pada menilai keefektifan pribadi mereka, sering mengobservasi dan merekam dari tindakan sebelumnya dan hasilnya. *Goal setting and strategic planning* meliputi proses perencanaan untuk mencapai target yang telah ditentukan. *Strategy-implementation monitoring* meliputi pelaksanaan strategi yang telah direncanakan sebelumnya, dan terakhir *strategic-outcome monitoring* meliputi pemfokusan perhatian dalam mengingat materi yang penting.

Selain itu, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Song Chang Hong (2012), ada banyak faktor yang bisa mempengaruhi *self-regulated learning* individu, yaitu keluarga, lamanya belajar, stress, *self-esteem*, dan *self-efficacy*.

Dari beberapa faktor yang mempengaruhi *self-regulated learning*, yang sangat berpengaruh dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Song Chang Hong adalah *self-esteem* dan *self efficacy*. Kedua faktor tersebut merupakan faktor yang paling kuat dalam mempengaruhi *self-regulated learning* individu dalam mengerjakan aktivitasnya agar bisa mencapai tujuan. Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingginya *self regulated learning* seseorang dapat dipengaruhi oleh *self esteem*. Namun dalam penelitian ini, responden berasal dari keluarga yang berekonomi serta pendidikan yang tinggi.

Dari pemaparan diatas dapat dilihat bahwa siswa-siswa yang berprestasi ini memiliki *self esteem* serta *self regulated learning* yang tinggi, meskipun mereka berada di lingkungan yang kurang baik dengan banyaknya siswa-siswa yang melakukan pelanggaran.

2.7 Skema Kerangka Berpikir

Kerangka pikir diatas dapat dilihat dari skema berikut :

Self Esteem

- Siswa terdorong agar bisa menunjukkan prestasinya serta perilaku sesuai dengan tuntutan sekolah meskipun teman-temannya banyak yang berperilaku negatif, serta ingin mempertahankan peringkat yang pernah diraih. Siswa memiliki kemampuan dalam mempertahankan prestasi yang telah diraihnya dengan berbagai usaha. (*Competence*)
- Siswa merasa layak mendapatkan prestasi di SMP PGRI 7 meskipun lingkungan sekitarnya banyak siswa yang melanggar peraturan sekolah dan berprestasi rendah. (*Worthiness*)

Self Regulated Learning

- Siswa mengevaluasi nilai yang telah di dapatkannya di sekolah, baik nilai ujian atau tugas. (*Self Evaluation and Monitoring*)
- Siswa memiliki rencana untuk dapat mempertahankan prestasinya di sekolah dengan melakukan diskusi sepulang sekolah (*Goal Setting and Strategic Planning*)
- Siswa mempraktekan saran-saran yang diberikan oleh guru dan teman agar bisa mendapatkan nilai maksimal (*Strategy Implementation Monitoring*)
- Siswa memusatkan perhatian dalam mempraktekan saran yang diberikan guru dan teman (*Strategic Outcome Monitoring*)

Parental involvement
(dukungan orang tua)



2.8 Hipotesis

Berdasarkan dari uraian kerangka pikir diatas, maka hipotesis penelitian ini adalah :” Semakin tinggi *self esteem* yang dimiliki, maka semakin tinggi *self regulated learning* siswa kelas IX yang memiliki *ranking 5 besar*”

