

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

Dalam bab ini akan diuraikan beberapa konsep dasar yang berkaitan dengan penelitian yaitu antara lain: (1) Konsep Remaja. (2) Konsep Ketidakpercayaan Diri, (3) Konsep Citra Diri, (4) Konsep Pola Asuh Orang Tua, (5) Kerangka Konsep, (6) Hipotesis Penelitian.

2.1 Konsep Remaja

2.1.1 Pengertian

Remaja dalam Bahasa Inggris disebut dengan *adolescence* yang berasal dari Bahasa Latin yaitu *adolescere* yang artinya adalah tumbuh ke arah kematangan. Dalam konteks ini bermaksud dari kematangan tidak hanya dalam arti fisik melainkan kematangan mental, emosional, dan sosial. Masa usia sekolah menengah bertepatan dengan masa remaja (Fitri et al., 2018). Secara psikologis, remaja adalah suatu usia di mana tidak merasa bahwa dirinya berada di bawah tingkat orang lebih tua melainkan merasa sama, atau paling tidak sejajar.

Menurut Sarwono, (2016), masa remaja adalah masa peralihan dari anak-anak ke dewasa, bukan hanya dalam artian psikologis tetapi juga fisik. Masa remaja menghadirkan begitu banyak tantangan, karena banyaknya perubahan yang harus dihadapi mulai dari fisik, biologis, psikologis, dan juga sosial (Fatimah, 2023). Jadi masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa disertai perkembangan secara fisik, psikologis, maupun sosial. Masa peralihan banyak menimbulkan kesulitan-kesulitan dalam penyesuaian terhadap dirinya maupun lingkungan sosial.

2.1.2 Usia Masa Remaja

Menurut *World Health Organization* (WHO) (2014), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014. Remaja dibagi menjadi tiga bagian, yaitu masa remaja awal (10-13 tahun), masa remaja menengah (14-16 tahun), dan masa remaja akhir (17-19 tahun) (Anggraini et al., 2022).

2.1.3 Tugas Perkembangan Remaja

Tugas perkembangan yang dilalui remaja dengan normal akan membuat remaja terlepas dari belenggu kebiasaan manja pada orang tua dan teman-teman sehingga remaja menjadi lebih mandiri.

Menurut William Kay dalam Saputro, (2018) menyebutkan bahwa tugas perkembangan remaja adalah :

- 1) Remaja dapat menerima keadaan fisiknya dan dapat memanfaatkan secara efektif.
- 2) Remaja dapat memperoleh kebebasan emosional dari orang tua.
- 3) Remaja mampu bergaul lebih matang.
- 4) Mengetahui dan menerima kemampuan sendiri.
- 5) Memperkuat penguasaan diri atas skala nilai dan norma.

Dari penjelasan para ahli dapat kita simpulkan bahwa tugas perkembangan remaja berperan penting dalam mengarahkan remaja dari sifat kanak-kanak menuju dewasa. Remaja yang telah melalui semua tugas perkembangan akan menjadi remaja yang lebih mandiri.

2.1.4 Perkembangan Emosi Remaja

Masa remaja merupakan titik puncak emosionalitas, dimana terjadi perkembangan emosi yang tinggi, salah satunya terdapat pada pertumbuhan fisik remaja, terutama organ-organ seksual yang mempengaruhi berkembangnya emosi atau perasaan-perasaan dan dorongan-dorongan baru yang dialami sebelumnya, seperti perasaan cinta, rindu, dan keinginan untuk berkenalan lebih intim dengan lawan jenis (Silitonga & Pardede dalam Lestari, 2017).

Masa badai dan topan yaitu masa ketika keadaan emosi remaja yang tidak menentu, tidak stabil dan meledak-ledak. Hal ini menyebabkan meningkatnya kepekaan emosi yang sering diwujudkan kedalam bentuk remaja cepat marah, suka menyendiri dan adanya kebiasaan *nervous* seperti gelisah, cemas, dan *sentiment*. Dalam masa ini remaja sangat dipengaruhi oleh mood yang salah satunya berkaitan dengan mood dalam berpenampilan, dan bergaul.

Dapat diambil kesimpulan bahwa didalam masa remaja telah terjadi Peningkatan emosional yang terjadi secara cepat pada masa remaja awal yang dikenal sebagai masa (*storm and stress*). Peningkatan emosional ini merupakan hasil dari perubahan fisik terutama hormon yang terjadi pada masa remaja. Akan tetapi pada akhir masa remaja akan terjadi kematangan emosi pada remaja.

2.2 Konsep Kepercayaan Diri

2.2.1 Pengertian

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berfungsi untuk mendorong siswa dalam meraih kesuksesan yang terbentuk melalui proses belajar siswa dalam interaksi dengan lingkungan (Tanjung & Amelia, 2017).

Ketidakpercayaan diri atau *self-doubt* merupakan kondisi psikologis yang terjadi ketika seseorang meragukan kemampuan, nilai, atau keputusannya sendiri. Ketidakpercayaan diri seringkali dialami dalam situasi yang menuntut penilaian diri atau pengambilan keputusan penting. Individu dengan ketidakpercayaan diri merasa ragu akan kompetensi atau kelayakan dirinya dalam memenuhi ekspektasi tertentu, baik yang berasal dari diri sendiri maupun orang lain. Keadaan ini menjadi lebih kompleks ketika ketidakpercayaan diri muncul dalam lingkungan sosial atau profesional yang sangat menekankan pada kesuksesan dan pencapaian pribadi (Amri, 2018).

Dalam perspektif psikologi, ketidakpercayaan diri dapat dipahami sebagai hasil dari perbedaan antara diri aktual dan diri ideal. Ketika seseorang merasa dirinya tidak mampu mencapai standar yang ditetapkan oleh diri ideal, perasaan ragu pada kemampuan atau keputusannya meningkat. Hal ini juga sering diperparah oleh persepsi bahwa kemampuan individu bersifat tetap atau sulit untuk ditingkatkan, sebuah pola pikir yang disebut sebagai pola pikir tetap (*fixed mindset*). Pada individu yang memiliki pola pikir ini, tantangan atau kritik sering kali dipandang sebagai bukti ketidakmampuan diri (Zhao & Wichman, 2015).

Tingkat kepercayaan diri adalah suatu perilaku atau keyakinan pada kualitas diri, sehingga dalam aktivitasnya tidak merasa takut, merasa bebas untuk menyelesaikan sesuatu sesuai dengan keinginan dan bertanggung jawab, berinteraksi dengan orang lain secara sopan dan santun, memiliki motivasi untuk pencapaian serta dapat merasakan kualitas dan kekurangan diri hal ini didukung oleh Lauster dalam Putri, (2021). Tingkat kepercayaan diri adalah keyakinan

bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain (Amri, 2018).

Tingkat kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian atau konsep diri yang penting dalam hidup seseorang karena dengan kepercayaan diri, seseorang mampu mengkualitaskan segala potensi di dalam dirinya yang didukung oleh lingkungan tempat tinggal, dapat mempengaruhi tahapan perkembangan psikososial remaja yang dapat berakibat pada tingkat kepercayaan diri (Amma et al., 2017).

Tingkat kepercayaan diri merupakan sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif, memiliki kemandirian dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan (Amri, 2018).

Tingkat kepercayaan diri Pada dirinya seperti pertumbuhan dari segi fisik dan emosional hal ini dapat menyebabkan banyak dari remaja yang tidak mampu mengatasi masalah krisis kurang percaya diri ini dapat dan mengalami hambatan dengan diri sendiri maupun dengan lingkungannya (Sarwono dalam Amma et al., 2017).

Berdasarkan uraian diatas, percaya diri adalah keyakinan pada diri sendiri baik itu tingkah laku, maupun emosi tidak terpengaruh oleh orang lain. dengan memiliki kepercayaan diri seseorang mampu menghadapi harapan yang tidak terpenuhi, mereka terus menjadi berpikir positif dan menerima diri mereka sendiri. Sebaliknya orang yang tidak percaya diri cenderung bergantung berlebihan pada persetujuan orang lain untuk merasa baik tentang mereka. Akibatnya mereka cenderung menghindari risiko karena mereka takut gagal.

2.2.2 Faktor- Faktor Kepercayaan Diri

Menurut Hakim dalam Tanjung & Amelia, (2017) mengemukakan beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri individu, yaitu:

1) Faktor Internal

(1) Citra Diri

Karena seseorang yang memandang dirinya sendiri akan mempengaruhi seberapa besar rasa percaya diri yang dimilikinya. Citra diri atau *self image* adalah bagaimana seseorang melihat, menilai, dan merasakan dirinya sendiri, baik dari segi fisik, emosional, maupun intelektual. Jika seseorang memiliki citra diri positif, mereka cenderung lebih percaya diri karena mereka merasa memiliki kemampuan, dan nilai yang berharga.

Sebaliknya jika seseorang memiliki citra diri negatif, mereka kurang percaya diri karena fokus pada kekurangan atau hal-hal yang mereka anggap sebagai kekurangan. Oleh karena itu pentingnya untuk membangun citra diri positif dapat menjadi langkah penting dalam membentuk tingkat kepercayaan diri.

(2) Harga Diri

Konsep diri yang positif akan membentuk harga diri yang positif juga. Konsep diri merupakan penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. (Santoso) berpendapat bahwa tingkat harga diri seseorang akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang.

(3) Pengalaman Hidup

Pengalaman dapat menjadi faktor munculnya rasa percaya diri, pengalaman juga dapat menjadi faktor menurunnya rasa percaya diri pada seseorang.

2) Faktor Eksternal

(1) Pendidikan

Individu yang berpendidikan rendah akan merasa rendah diri dan tidak yakin atas kemampuan yang dimiliki, tetapi individu yang berpendidikan tinggi memiliki sifat yang lebih optimis dan yakin terhadap kemampuan yang dimiliki. Sedangkan seseorang yang mempunyai pendidikan tinggi akan mempunyai tingkat kepercayaan diri yang lebih dibandingkan yang berpendidikan rendah.

(2) Penampilan Fisik

Individu yang berpenampilan menarik cenderung diperlakukan secara positif atau lebih baik, sehingga membuat rasa kepercayaan diri meningkat.

Berdasarkan uraian diatas maka faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri remaja salah satunya adalah pola asuh yaitu dimana remaja jika orang tua nya mengasuh dengan pola asuh demokratis, lama kelamaan remaja tersebut akan terbentuk dan memiliki rasa tanggung jawab serta bisa mengatasi masalah secara mandiri.

(3) Pola Asuh Orang Tua

Pola asuh orang tua merupakan faktor eksternal yang membentuk kepribadian dan perilaku anak. Pola asuh mempengaruhi perkembangan psikologis anak, menentukan cara anak berinteraksi dengan lingkungan, dan membentuk kepercayaan diri, kontrol diri, serta kemampuan sosial. Pola asuh yang seimbang dan tepat sangat penting untuk perkembangan anak yang sehat dan positif.

2.2.3 Ciri-ciri Kepercayaan Diri

Menurut Hakim dalam Deni, (2016), menjelaskan ciri-ciri orang yang tidak percaya diri, adalah:

- 1) Mudah cemas dalam menghadapi persoalan dengan tingkat kesulitan tertentu.
- 2) Memiliki kelemahan atau kekurangan dari segi mental, fisik, atau ekonomi.
- 3) Sulit menetralisasi timbulnya ketegangan di dalam suatu situasi.
- 4) Gugup dan terkadang berbicara gagap.
- 5) Memiliki latar belakang pendidikan keluarga yang kurang baik.
- 6) Memiliki perkembangan yang kurang baik sejak kecil.
- 7) Kurang memiliki kelebihan pada bidang tertentu dan tidak tahu bagaimana cara untuk memiliki kelebihan tertentu.
- 8) Sering menyendiri dari kelompok yang dia anggap lebih dari dirinya.
- 9) Mudah putus asa.
- 10) Cenderung bergantung pada orang lain dalam mengatasi masalah.
- 11) Pernah mengalami trauma.
- 12) Sering bereaksi negatif dalam mengatasi masalah, mksalnya dengan menghindari tanggung jawab atau mengurung diri, yang menyebabkan rasa tidak percaya dirinya semakin buruk.

Menurut Fatimah dalam Deni, (2016), juga menjelaskan beberapa ciri atau karakteristik individu kurang percaya diri diantaranya, yaitu:

- 1) Berusaha menunjukkan sikap konformis, semata-mata demi mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok.
- 2) Menyimpan rasa takut/ kekhawatiran terhadap penolakan.

- 3) Sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri-namun di lain pihak, memasang harapan yang tidak realistik terhadap diri sendiri.
- 4) Pesimis, mudah menilai segala sesuatu dari sisi negatif.
- 5) Takut gagal, sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil.
- 6) Cenderung menolak pujian yang ditujukan secara tulus (karena *undervalue* diri sendiri). Selalu menempatkan/ memposisikan diri sebagai yang terakhir, karena menilai dirinya tidak mampu.
- 7) Mempunyai *external locus of control* (mudah menyerah pada nasib, sangat bergantung pada keadaan dan pengakuan/ penerimaan serta bantuan orang lain).

2.2.4 Aspek Kepercayaan Diri

Menurut Lauster dalam Risnawita, (2014), aspek-aspek kepercayaan diri diantaranya, yaitu:

- 1) Keyakinan kemampuan diri

Keyakinan kemampuan diri adalah sikap positif seseorang tentang dirinya. Ia mampu secara sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.

- 2) Optimis

Optimis adalah sikap positif yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya.

- 3) Objektif

Orang yang memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.

4) Bertanggung Jawab

Bertanggung jawab adalah kesediaan orang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.

5) Rasional dan Realistik

Rasional dan realistik adalah analisis terhadap suatu masalah, sesuatu hal, dan suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

2.2.5 Skala Kepercayaan Diri

Angket yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala likert yaitu untuk mengukur pendapat, persepsi seseorang dan sikap atau sekelompok kejadian ataupun gejala. Menggunakan skala ini variable yang diukur dijabarkan menjadi dimensi, dimensi menjadi sub variable, lalu sub variable dijabarkan lagi menjadi indikator-indikator yang diukur. Sehingga indikator tersebut dapat dijadikan titik tolak untuk membuat item instrumen yang berupa sebuah pertanyaan yang harus dijawab oleh responden. Instrumen atau alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala *likert*. Kriteria penilaiannya berkisar dari satu sampai empat jawaban sebagai berikut:

1) Pertanyaan yang *favorable*

- (1) Skor 4 diberikan untuk jawaban Sangat Setuju (SS)
- (2) Skor 3 diberikan untuk jawaban Setuju (S)
- (3) Skor 2 diberikan untuk jawaban Tidak Setuju (TS)
- (4) Skor 1 diberikan untuk jawaban Sangat Tidak Setuju (STS)

2) Pertanyaan yang *unfavorable*

- (1) Skor 1 diberikan untuk jawaban Sangat Setuju (SS)

- (2) Skor 2 diberikan untuk jawaban Setuju (S)
- (3) Skor 3 diberikan untuk jawaban Tidak Setuju (TS)
- (4) Skor 4 diberikan untuk jawaban Sangat Tidak Setuju (STS)

3) Kriteria penilaian:

- (1) Kurang: 25-50%
- (2) Cukup: 51-75%
- (3) Baik: 76-100%

2.3 Konsep Citra Diri

2.3.1 Pengertian Citra Diri

Citra diri merupakan konsep yang mencakup pikiran, perasaan, dan persepsi seseorang tentang diri mereka sendiri. Ini mencakup cara seseorang melihat diri dalam berbagai aspek, termasuk penampilan fisik, kemampuan, kepribadian, dan hubungan sosial. Citra diri memainkan peran penting dalam bagaimana individu berinteraksi dengan lingkungan dan bagaimana mereka diterima oleh orang lain. Orang yang memiliki citra diri positif cenderung lebih percaya diri dan mampu berinteraksi dengan nyaman, sedangkan citra diri yang negatif dapat menghambat hubungan sosial dan menurunkan rasa percaya diri. Dengan persepsi tentang diri kita sendiri sangat mempengaruhi cara kita melihat dunia dan bagaimana dunia memandang kita (Ramadhani & Putrianti, 2017).

Citra diri merupakan gambaran mengenai tubuh yang dibentuk dalam pikiran yang diperuntukkan untuk menyatakan suatu cara penampilan tubuh bagi diri sendiri, yang meliputi perasaan tentang tubuh seperti kuat atau lemah. Besar atau kecil, cantik atau jelek, dan tinggi atau pendek. Pergaulan dan interaksi antara

anggota. Keluarga setiap individu diharuskan mampu dalam membangun citra diri yang positif, citra diri positif tidak hanya menyangkut perihal dalam fisik saja namun juga menyangkut hal dalam perasaan, sikap, perilaku, maupun aktivitas dalam individu. Menurut fenomena yang terjadi pada remaja mengalami perubahan yang cepat secara emosional, intelektual, dan yang paling nyata secara fisik (Ramadhani & Putrianti, 2017).

Citra diri sering disebut sebagai cermin diri, citra diri adalah cara individu melihat diri individu sekarang atau saat ini. Citra diri negatif akan mengembangkan perasaan individu tidak mampu dan rendah diri sehingga menumbuhkan penyesuaian pribadi dan sosial yang buruk, penampilan diri yang berbeda membuat individu merasa rendah diri meskipun perbedaan yang ada menambah daya tarik fisik. Citra diri dapat terbentuk tergantung dari bagaimana remaja menilai tampilan fisiknya. Remaja menilai tampilan fisik secara negatif akan memiliki citra diri yang negatif pula, misalnya remaja yang merasa bahwa kulitnya gelap, badannya gemuk dan tubuhnya pendek, akan memiliki potensi yang lebih besar untuk terjadinya pembentukan citra diri yang negatif, karena dengan penilaiannya yang buruk mengenai dirinya akan mampu menggenalisir dirinya menjadi negatif. Bentuk perilaku misal dengan penghindaran dari lingkungan sosial, tidak percaya diri dan tertutup remaja akan mencoba untuk menutupu kekurangan dengan cara seperti olahraga, melakukan perawatan intensif pada dokter kecantikan (Amma et al., 2017).

Menurut Khun dalam penelitian yang dikutip oleh (Hafiz et al., 2018). Citra diri seseorang mencerminkan kondisi yang dimilikinya atau gambaran dari dirinya

sendiri. Dalam konteks ini, citra diri bukan hanya sekadar pandangan statis, tetapi juga proses dinamis yang memengaruhi bagaimana individu menyesuaikan diri dalam lingkungan sosial. Proses penyesuaian sosial ini memungkinkan individu untuk mengevaluasi diri mereka secara berkelanjutan, yang selanjutnya memengaruhi persepsi dan kesadaran diri mereka.

2.3.2 Aspek-aspek Citra Diri

Aspek citra diri menurut Khun dalam Hafiz et al., (2018). Terdiri dari berbagai elemen yang menggambarkan seseorang memandang dan mengevaluasi dirinya sendiri dalam konteks lebih luas, diantaranya yaitu:

1) Aspek Fisik

Aspek fisik mencakup persepsi seseorang terhadap tubuh dan penampilannya, yang sangat berpengaruh terhadap kepercayaan diri dan bagaimana seseorang merasa diterima dalam lingkungan sosial. Persepsi ini meliputi semua yang berhubungan dengan tampilan luar, seperti bentuk tubuh, maupun wajah.

2) Aspek Psikologis

Aspek psikologis ini berkaitan dengan bagaimana individu memandang kekuatan dan kelemahannya, yang sering menjadi dasar rasa percaya diri dan motivasi. Individu yang memiliki pemahaman baik cenderung lebih realistik dalam menetapkan tujuan dan mengembangkan diri.

3) Aspek Sosial

Citra diri seseorang banyak dibentuk oleh pandangan atau persepsi orang lain terhadap dirinya, berkaitan dengan hubungan individu dengan orang lain.

4) Aspek Akademis

Kompetensi atau prestasi intelektual seseorang juga bagian dari citra diri, terutama dalam hal melalui kemampuan atau keterampilan dalam bidang tertentu, seperti akademik. Aspek ini berpengaruh pada keyakinan seseorang terhadap kemampuan mencapai tujuan.

5) Aspek Emosional

Aspek emosional mencakup pemahaman seseorang terhadap perasaan dan emosi yang dialami, serta kemampuan untuk mengelola emosi dalam berbagai situasi. Aspek ini sangat berpengaruh dalam kemampuan individu mengatasi tekanan yang ia alami.

2.3.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Citra Diri

Faktor-faktor yang mempengaruhi citra diri individu menurut Prameswari & Aisah dalam Rohmatun, (2017). Diantaranya yaitu:

1) Jenis Kelamin

Perbedaan jenis kelamin sering kali mempengaruhi citra diri karena ada ekspektasi dan peran sosial yang berbeda untuk pria dan wanita. Stereotip gender dan standar yang diterapkan masyarakat terhadap laki-laki dan perempuan dapat mempengaruhi bagaimana mereka melihat diri mereka sendiri. Misalnya, perempuan mungkin merasa tekanan lebih besar terhadap penampilan fisik, sementara pria mungkin menghadapi tuntutan terkait ketangguhan atau prestasi.

2) Berat Badan

Berat badan sering dikaitkan dengan citra diri, terutama karena standar kecantikan yang ada di masyarakat. Individu yang merasa berat badannya tidak sesuai dengan standar tersebut mungkin memiliki citra diri yang negatif,

khususnya dalam masyarakat yang sangat menekankan nilai estetika. Hal ini lebih banyak memengaruhi perempuan, namun pria juga bisa terpengaruh oleh citra tubuh ideal.

3) Teman Sebaya

Teman sebaya sangat berpengaruh dalam membentuk citra diri, terutama pada remaja. Lingkungan sosial ini bisa memengaruhi bagaimana individu menilai dirinya sendiri, karena mereka cenderung membandingkan diri dengan teman-teman mereka. Dukungan dari teman sebaya dapat memperkuat citra diri positif, sementara kritik atau penolakan dapat merusak citra diri.

4) Konsep Diri

Konsep diri adalah pemahaman individu tentang dirinya sendiri, termasuk kelebihan, kelemahan, dan kepribadian. Konsep diri yang positif cenderung mendukung citra diri yang baik karena seseorang yang mengenal dirinya dengan baik lebih mudah menerima diri apa adanya.

5) Media Masa

Media massa memainkan peran besar dalam membentuk standar kecantikan, kesuksesan, dan gaya hidup. Individu yang terus-menerus terpapar standar ideal yang ditampilkan di media mungkin merasa kurang puas dengan dirinya sendiri jika tidak sesuai dengan standar tersebut, yang dapat menurunkan citra diri.

6) Orang Tua

Orang tua memiliki pengaruh besar terhadap citra diri anak, terutama melalui pola asuh dan sikap mereka. Dukungan, penerimaan, dan puji dari orang tua dapat memperkuat citra diri positif, sementara kritik berlebihan atau pengabaian dapat merusak persepsi diri anak.

7) Lingkungan Sekitar

Lingkungan sekitar, termasuk sekolah, tempat tinggal, dan masyarakat, juga mempengaruhi citra diri. Lingkungan yang mendukung dan memberikan apresiasi kepada individu dapat membantu membentuk citra diri positif, sementara lingkungan yang tidak ramah atau penuh tekanan dapat menyebabkan citra diri yang rendah.

8) Diri Sendiri

Faktor ini mengacu pada persepsi dan evaluasi individu terhadap dirinya sendiri. Pemahaman yang baik tentang kekuatan, kelemahan, serta tujuan hidup dapat membantu seseorang membentuk citra diri yang positif. Kemampuan menerima diri apa adanya juga menjadi penentu utama dari citra diri yang sehat.

2.3.4 Skala Citra Diri

Angket yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala likert yaitu untuk mengukur pendapat, persepsi seseorang dan sikap ataupun gejala. Menggunakan skala ini variable yang diukur dijabarkan menjadi dimensi, dimensi menjadi sub variable, lalau sub variable dijabarkan lagi menjadi indikator-indikator yang diukur. Sehingga indikator tersebut dapat dijadikan titik tolak. Instrumen atau alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala *likert*. Kriteria penilaianya berkisar dari satu sampai empat jawaban sebagai berikut:

1) Pertanyaan yang *favorable*

- (1) Skor 4 diberikan untuk jawaban Sangat Setuju (SS)
- (2) Skor 3 diberikan untuk jawaban Setuju (S)
- (3) Skor 2 diberikan untuk jawaban Tidak Setuju (TS)

- (4) Skor 1 diberikan untuk jawaban Sangat Tidak Setuju (STS)
- 2) Pertanyaan yang *unfavorable*
- (1) Skor 1 diberikan untuk jawaban Sangat Setuju (SS)
 - (2) Skor 2 diberikan untuk jawaban Setuju (S)
 - (3) Skor 3 diberikan untuk jawaban Tidak Setuju (TS)
 - (4) Skor 4 diberikan untuk jawaban Sangat Tidak Setuju (STS)
- 3) Kriteria penilaian:
- (1) Kurang: 25-50%
 - (2) Cukup: 51-75%
 - (3) Baik: 76-100%
- 2.4 Konsep Pola Asuh Orang Tua**
- 2.4.1 Pengertian Pola Asuh Orang Tua**
- Pola asuh terdiri dari dua kata yaitu “pola” dan “asuh” yang berarti corak, model, sistem, cara kerja, bentuk (struktur) yang tepat. Sedangkan kata “asuh” dapat berarti menjaga (merawat dan mendidik) anak, membimbing (membantu, melatih, dan sebagainya), dan memimpin (menyelenggarakan) satu badan atau lembaga (Aprilianarsih & Mil, 2023). Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) dapat diartikan cara mendidik. Pola asuh merupakan cara orang tua bertindak, berinteraksi, mendidik, dan membimbing anak untuk melibatkan didalam setiap perilaku tertentu secara individual maupun bersama-sama sebagai serangkaian usaha dalam mengarahkan anak.

Dalam keluarga yang paling berperan adalah orang tua yang membuat pola asuh dalam keluarga. Sehingga pengertian pola asuh keluarga sama hal nya

dengam pola asuh orang tua. Vaknin (2019) mengatakan bahwa pola asuh sebagai *“parenting is interaction between parent’s and children during the care”*. Pola asuh orang tua merupakan suatu keseluruhan interaksi orang tua dan anak, di mana orang tua memberikan dorongan bagi anak-anak yang mengubah tingkah laku, pengetahuan, dan nilai-nilai dianggap paling tepat bagi orang tua agar anak bisa mandiri (Aprilianarsih & Mil, 2023).

2.4.2 Macam-Macam Pola Asuh Orang Tua

Peran orang tua sangatlah penting dalam memeberikan pemahaman terhadap anak akan pentingnya bersosialisasi, karena anak belum memiliki pengalaman membimbing perkembangannya sendiri. Hanya anak yang belum memahami pentingnya berinteraksi dengan baik dilingkungannya dapat menyebabkan anak dijauhi oleh lingkungannya dan sulit mendapatkan teman. Pola asuh merupakan berbagai metode atau cara orang tua dalam mengasuh, mendidik, dan mengajari anak sesuai tujuan orang tua hingga mencapai tahap kedewasaan. Dalam melakukan upaya mendidik, pola asuh orang tua akan tercermin dari perilaku, sikap, serta interaksi antara orang tua dan anak dengan kehidupan sehari-hari seperti bagaimana orang tua memberikan dukungan terhadap keberhasilan anak, memberi hukuman, dan bagaimana orang tua menunjukkan kekuasaannya sebagai orang tua kepada anak. Orang tua memiliki cara dan pola tersendiri dalam mengasuh dan membimbing anak. Cara dan pola tersebut akan berbeda-beda antara satu keluarga dengan keluarga lainnya. Ada beberapa pola asuh yang ditunjukkan oleh para orang tua (Harahap et al., 2021) yaitu:

1) Pola pengasuhan otoriter (*Authoritarian Parenting*)

Merupakan gaya pengasuhan yang membatasi dan menghukum, Dimana orang tua mendesak anak untuk mengikuti arahan mereka. Orang tua yang menerapkan pola pengasuhan ini memberikan batas dan kendali yang tegas pada anak dan meminimalisir perdebatan verbal. Ciri khas dari pola asuh otoriter adalah anak diharuskan mengulang perjanjian yang dianggap orang tua salah, orang tua mengancam dan memberikan hukuman apabila anak tidak mematuhi perintahnya, dan orang tua menggunakan suara yang keras. Ketika menyuruh anak untuk melakukan suatu pekerjaan.

2) Pola pengasuhan demokratis (*Authoritative Parenting*)

Merupakan gaya pengasuh yang mendorong anak untuk mandiri namun masih menerapkan batas dan kendali pada tindakan mereka, ada tindakan verbal memberi dan menerima, dan orang tua bersikap hangat serta penyayang terhadap anaknya. Ciri khas dari pola asuh demokratis adalah adanya komunikasi yang baik antara anak dan orang tua, dimana orang tua melibatkan diri dan berdiskusi tentang masalah yang dialami anak.

3) Pola pengasuh membiarkan (*permissive Indulgent*)

Merupakan gaya pengasuh yang mendorong anak untuk mandiri namun masih menerapkan batas dan kendali pada tindakan mereka, ada tindakan verbal memberi dan menerima, dan orang tua sangat terlibat dengan anak-anaknya tetapi hanya hanya sedikit menuntut atau mengendalikan mereka. Orang tua membiarkan anak-anaknya apa yang mereka inginkan. Hasilnya anak-anak tidak pernah belajar mengendalikan perilaku mereka sendiri dan selalu berharap mendapatkan apa yang mereka inginkan.

4) Pola asuh mengabaikan (*Permissive Indifferent*)

Merupakan gaya pengasuhan di mana orang tua tidak terlibat dalam kehidupan anak-anak mereka. Orang tua yang menerapkan pola pengasuhan ini tidak memiliki banyak waktu untuk bersama anak-anak mereka, sehingga menyebabkan berhubungan dengan ketidakcakapan sosial terhadap anak. Anak-anak berfikir dan berhubungan dengan aspek-aspek lain dari kehidupan orang tua adalah lebih penting dari pada mereka.

2.4.3 Dampak Pola Asuh Orang Tua

Menurut Fitria et al., (2024). Pengaruh pola asuh orang tua terhadap perkembangan anak mencakup berbagai aspek. Berikut adalah beberapa dampak pola asuh yang diterapkan orang tua, yaitu:

1) Harga Diri dan Pola Asuh Otoritatif

Pola asuh otoritatif, yang seimbang antara penerimaan dan pengendalian, terbukti dapat meningkatkan harga diri remaja dan mengurangi ide bunuh diri. Remaja dengan harga diri yang lebih tinggi cenderung memiliki kualitas psikologis positif yang mencegah risiko perilaku berbahaya seperti ide bunuh diri.

2) Pola Asuh Demokratis dan Kepercayaan Diri

Remaja yang tumbuh dalam pola asuh demokratis cenderung memiliki perkembangan sosial yang lebih baik dan lebih percaya diri, serta mampu membangun hubungan sosial yang sehat. Hal ini terjadi karena pola asuh demokratis mendorong dialog dan memberi ruang bagi remaja untuk mengekspresikan diri, meningkatkan harga diri dan kemandirian mereka.

3) Dampak Pola Asuh Otoriter terhadap Stres

Pola asuh otoriter yang cenderung menekan remaja ditemukan memiliki hubungan dengan tingkat stres tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa gaya pengasuhan yang mengekang dan kurang mendukung kebebasan remaja dalam mengeksplorasi diri dapat meningkatkan ketidaknyamanan psikologis dan stres pada remaja

4) Kecerdasan Emosional dan Pola Asuh Otoritatif

Penelitian pada remaja yang dibesarkan oleh orang tua tunggal menunjukkan bahwa kecerdasan emosional remaja lebih tinggi dalam pola asuh otoritatif, yang mendukung komunikasi terbuka dan pemahaman emosi. Gaya ini membantu remaja mengelola emosi mereka lebih baik, yang penting untuk membangun harga diri yang sehat.

2.4.4 Dimensi Pola Asuh Orang Tua

Menurut frick membagi dimensi parenting dalam lima dimensi (Mutiah, 2017) yaitu:

- 1) *Involmen with children*: sejauh mana orang tua terlibat dalam kegiatan yang dilakukan anak-anaknya. Orang tua akan melakukan nampak hal untuk memenuhi kebutuhan fisik, emosi, dan sosial anak-anaknya sepanjang hidup mereka.
- 2) *Positive parenting*: bentuk pujian atau reward yang diberikan orang tua kepada anak-anaknya setelah mereka melakukan aktivitas yang membanggakan atau mencapai prestasi atau keberhasilan.

- 3) *Corporal punishment*: pemberian, yang lebih cenderung mengarah pada hukuman fisik. Orang tua memberikan hukuman kepada anak ketika mereka tidak mau mematuhi atau tidak mentaati apa yang diinginkan atau diharapkan oleh mereka.
- 4) *Monitoring*: tindakan orang tua terhadap anak-anak mereka untuk mengawasi dan mencatat apa yang mereka lakukan, dan memastikan bahwa mereka berada dalam batas-batas yang wajar dan tidak menyipang dari aturan yang telah ditetapkan.
- 5) *Consistency in the use of such discipline*: mengikuti apa yang telah disepakati atau memberikan sanksi yang sesuai jika anak-anak melanggar aturan yang telah ditetapkan bersama.

2.4.5 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pola Asuh Orang Tua

Menurut Zulfikar (2017), terdapat faktor yang mempengaruhi pola asuh anak adalah:

- 1) Pendidikan orang tua

Pendidikan dan pengalaman orang tua dalam menjaga anak akan mempengaruhi bagaimana mereka mempersiapkan diri untuk menjalankan pengasuhan. Untuk menjadi lebih siap untuk menjadi pengasuhan, orang tua dapat terlibat secara aktif dalam setiap pendidikan anak, melihat segala sesuatu dengan fokus pada maslah anak, selalu berusaha menyediakan waktu untuk anak-anak, dan menilai pertumbuhan fungsi keluarga dan kepercayaan anak.

- 2) Lingkungan

Lingkungan sangat mempengaruhi perkembangan anak, tidak mustahil bahwa lingkungan juga mempengaruhi cara orang tua mendidik anak.

3) Budaya

Orang tua sering mengikuti cara orang lain dalam mengasuh anak. Karena pola-pola ini dianggap efektif untuk mendidik anak ke arah kematangan

2.4.6 Skala Pola Asuh Orang Tua

Angket yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala likert yaitu untuk mengukur pendapat, persepsi seseorang dan sikap atau sekelompok kejadian ataupun gejala. Menggunakan skala ini variabel yang diukur dijabarkan menjadi dimensi, dimensi menjadi sub variabel, lalu sub variabel dijabarkan lagi menjadi indikator-indikator yang diukur. Sehingga indikator tersebut dapat dijadikan titik tolak untuk membuat item instrumen yang berupa sebuah pertanyaan yang harus dijawab oleh responden. Instrumen atau alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala *likert*. Kriteria penilaiannya berkisar dari satu sampai empat jawaban sebagai berikut:

- 1) Pertanyaan yang *favorable*
 - (1) Skor 4 diberikan untuk jawaban Sangat Setuju (SS)
 - (2) Skor 3 diberikan untuk jawaban Setuju (S)
 - (3) Skor 2 diberikan untuk jawaban Tidak Setuju (TS)
 - (4) Skor 1 diberikan untuk jawaban Sangat Tidak Setuju (STS)
- 2) Pertanyaan yang *unfavorable*
 - (1) Skor 1 diberikan untuk jawaban Sangat Setuju (SS)
 - (2) Skor 2 diberikan untuk jawaban Setuju (S)
 - (3) Skor 3 diberikan untuk jawaban Tidak Setuju (TS)
 - (4) Skor 4 diberikan untuk jawaban Sangat Tidak Setuju (STS)

3) Kriteria penilaian:

- (1) Pola asuh demokratis: 67 -100%
- (2) Pola asuh otoriter: 34 -66%
- (3) Pola asuh permisif: 0-33%

2.5 Kerangka Konsep

Konsep adalah abstraksi dari landasan teori agar dapat dikemukakan dan membentuk suatu teori yang menjelaskan suatu variabel (baik variabel yang diteliti maupun yang tidak diteliti) (Nursalam, 2014).



Gambar 2.1 Kerangka Konsep Hubungan Citra Diri dan Pola Asuh Orang Tua Dengan Tingkat Kepercayaan Diri Pada Remaja Usia 17-19 Tahun Di SMA Negeri 3 Lamongan.

Dari gambar 2.1 diatas dijelaskan bahwa faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri ada dua yaitu dari faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang pertama yaitu citra diri bagaimana seseorang melihat, menilai, dan merasakan dirinya sendiri, baik dari segi fisik, emosional, maupun intelektual, yang kedua harga diri bahwa tingkat harga diri seseorang akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri, yang ketiga pengalaman hidup karena pengalaman juga dapat menjadi faktor menurunnya rasa percaya diri pada seseorang, kemudian dari faktor eksternal yang pertama yaitu pendidikan karena beranggapan yang berpendidikan rendah akan merasa rendah diri, dan tidak yakin terhadap kemampuannya, tetapi sebaliknya yang berpendidikan tinggi memeliki sifat yang lebih optimis, dan yakin terhadap kemampuannya, yang kedua penampilan fisik yaitu individu yang berpenampilan menarik cenderung diperlakukan lebih baik, dan yang ketiga yaitu pola asuh orang tua karena perkembangan psikologis anak, menentukan cara anak berinteraksi dengan lingkungan, dan membentuk kepercayaan diri, kontrol diri, serta kemampuan sosial.

Variabel independen ke dua ada pola asuh orang tua, dari kedua variabel independen kita gabungkan apakah terdapat hubungan yang signifikan antara variabel citra diri, dan pola asuh orang tua. Hasil akhir dari penelitian ini menggambarkan tingkat kepercayaan diri individu yang dikelompokkan dalam kategori kurang, cukup, atau baik.

Remaja dengan citra diri positif dan pola asuh yang benar dapat meningkatkan rasa percaya diri, sehingga remaja lebih menghargai dirinya dan membuat kepercayaan diri membaik. Pada penelitian ini terdapat tiga variabel,

variabel dependent yaitu tingkat kepercayaan diri dan variabel independent yang pertama yaitu citra diri, dan yang kedua pola asuh orang tua. Dalam penelitian ini peneliti menganalisis hubungan citra diri dan pola asuh orang tua dengan tingkat kepercayaan diri pada remaja usia 17-19 tahun di SMA Negeri 3 lamongan.

2.6 Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah pernyataan yang diterima secara sementara sebagai suatu kebenaran sebagaimana adanya, pada saat fenomena dikenal dan merupakan dasar kerja saat panduan dalam verifikasi (Nursalam, 2018). Rumusan hipotesis penelitian ini adalah adanya hubungan antara citra diri dan pola asuh orang tua dengan tingkat kepercayaan diri pada remaja.

Hipotesis dalam penelitian ini, yaitu:

H1 diterima: Ada hubungan citra diri dan pola asuh orang tua dengan tingkat kepercayaan diri pada remaja usia 17-19 tahun di SMA Negeri 3 Lamongan.