

Hubungan Penerimaan Diri Dengan Harga Diri Pada Remaja Pengguna Instagram

Mentari Aulia Oktaviani¹

*Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Mulawarman Samarinda*

ABSTRACT. *This study aims to find out correlation between self-acceptance with self-esteem in adolescent who used Instagram in Samarinda City. The technique sample was used is purposive sampling. The measuring of instrument in this study used a self-acceptance scale and self-esteem scale. The scale was arranged with likert type scale and pearson r correlation was used for data analysis technique. Statistical tests were carried out with the help of the SPSS (Statistical Package for Social Sciences) computer program version 20.0 for Windows. Result of this study indicate that self-acceptance with self-esteem have a correlation value = 0.348 and sig = 0.000 ($p < 0.05$), the meaning is there is a correlation between self-acceptance with self-esteem in adolescent who used Instagram in Samarinda City.*

Keywords: *self-acceptance, self-esteem*

ABSTRAK. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penerimaan diri dengan harga diri pada remaja yang menggunakan Instagram di Kota Samarinda. Teknik sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Pengukuran instrumen dalam penelitian ini menggunakan skala penerimaan diri dan skala harga diri. Skala tersebut disusun dengan skala tipe *likert* dan korelasi *r pearson* digunakan untuk teknik analisis data. Tes statistik dilakukan dengan bantuan program komputer SPSS (*Statistical Package for Social Sciences*) versi 20.0 untuk *Windows*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerimaan diri dengan harga diri memiliki nilai korelasi = 0,348 dan sig = 0,000 ($p < 0,05$), artinya ada hubungan antara penerimaan diri dengan harga diri pada remaja yang menggunakan Instagram di Kota Samarinda.

Kata kunci: penerimaan diri, harga diri

¹ Email: mentari_aulia96@yahoo.com

PENDAHULUAN

Kehidupan manusia yang selalu bergerak maju, tidak terlepas dari perubahan-perubahan yang tidak dapat dihindari. Perubahan-perubahan tersebut merupakan proses adaptasi manusia terhadap pergerakan dari lingkungan sekitarnya. Salah satu bentuk adaptasi manusia adalah dengan menciptakan berbagai macam teknologi yang bertujuan untuk mempermudah manusia melakukan kegiatan. Perkembangan teknologi yang semakin canggih melebur menjadi bagian dari kehidupan manusia dari segala aspek, baik sosial, budaya, ekonomi, politik dan lain sebagainya.

Salah satu perkembangan teknologi adalah hadirnya internet sebagai media baru yang memungkinkan para penggunanya mengakses berbagai informasi. Internet menjadi sebuah ruang digital baru yang menciptakan sebuah ruang kultural. Tidak dapat dihindari bahwa keberadaan internet memberikan banyak kemudahan kepada penggunanya.

Berdasarkan riset Penetrasi dan Perilaku Pengguna Internet Indonesia 2017 yang diselenggarakan oleh Asosiasi Penyedia Jasa Internet Indonesia (APJII) bersama dengan Teknopreneur Indonesia, penetrasi internet di Indonesia terbesar dialami oleh Generasi Z. Hasil survei menunjukkan sebesar 75,50 persen pengguna internet berusia 13-18 tahun, pada usia 18-34 tahun sebesar 74,23 persen, usia 35-54 tahun sebesar 44,06 persen dan usia di atas 54 tahun sebesar 15,72 persen (APJII, 2018). Berdasarkan hasil survei tersebut, pengguna internet didominasi oleh usia 13-18 tahun sebesar 75,50 persen yang merupakan usia remaja.

Keberadaan internet membuat remaja merasa menemukan dan mendapatkan suatu media yang dapat memenuhi kebutuhannya. Mulai dari kebutuhan untuk pertemanan, mengakses berbagai informasi, pemenuhan kebutuhan hiburan, sampai kepada munculnya berbagai aktivitas yang dapat menghasilkan uang bagi remaja. Hasil survei pada bulan Januari 2019 yang dilakukan oleh Hootsuite dan WeAreSosial ditemukan hasil bahwa sebanyak 150 juta pengguna di Indonesia aktif menggunakan media sosial. Jumlah ini menunjukkan angka yang sama dengan pengguna internet di Indonesia (Hootsuite, 2019).

Menurut hasil survei WeAreSosial.net dan Hootsuite, Instagram merupakan *social network platform* dengan jumlah pengguna terbanyak ketiga setelah Youtube dan Facebook pada tahun 2018, dan Indonesia berada di urutan ketiga dari sepuluh

negara pengguna aktif terbesar sebanyak lebih dari 50 juta (dilansir dari BOC Indonesia). Instagram adalah sebuah aplikasi berbagi foto yang memungkinkan pengguna mengambil foto atau video, menerapkan filter digital, dan membagikannya ke berbagai layanan jejaring sosial, termasuk milik Instagram sendiri.

Harga diri merupakan evaluasi individu tentang dirinya sendiri secara positif atau negatif. Evaluasi ini memperlihatkan bagaimana individu menilai dirinya sendiri dan diakui atau tidaknya kemampuan dan keberhasilan yang diperolehnya (Santrock, 2008). Media sosial dengan berbagai kegiatan di dunia maya menunjukkan gambaran seseorang secara akurat mengenai dirinya sendiri. Seseorang yang rendah diri cenderung mengkhawatirkan apa yang orang lain posting tentang mereka di jejaring sosial. Sedangkan individu yang memiliki harga diri lebih tinggi cenderung menghabiskan waktu untuk membangun citra personal di media sosial (Fazriyati, 2013).

Berdasarkan hasil *screening* harga diri yang dilakukan terhadap 30 responden diketahui bahwa remaja merasa setiap mengunggah sesuatu ke Instagram teman-teman akan menyukai unggahannya sebesar 63,3 persen. Unggahan di Instagram membuat remaja merasa mendapatkan banyak teman yang menimbulkan perasaan senang ketika *followers*-nya bertambah sebesar 90 persen, kemudian ada perasaan senang jika unggahan remaja mendapatkan perhatian seperti *like* sebesar 100 persen, mendapatkan komentar sebesar 76,7 persen dan jika suatu pendapat yang diutarakan di Instagram mendapat respon dari pengguna lain sebesar 90 persen. Remaja merasa dihargai ketika namanya dicantumkan pada unggahan teman yang lain sebesar 73,3 persen.

Berdasarkan hasil *screening* penerimaan diri yang dilakukan terhadap 30 responden diketahui bahwa remaja merasa bahwa dirinya harus mengedit foto terlebih dahulu sebesar 66,7 persen dan berusaha untuk tampil lebih baik sebesar 80 persen sebelum diunggah ke Instagram, hal ini dilakukan karena remaja ingin orang lain memandang bahwa dirinya menarik. Ada perasaan iri jika pada unggahan orang lain mendapat respon lebih baik dari pada unggahan dirinya sebesar 73,3 persen, hal ini membuat remaja terkadang membandingkan hidup mereka dengan orang lain. Namun, remaja yang memahami potensi dirinya biasanya mengunggah kegiatan yang positif seperti hobi antara lain

memasak, menjahit dan lain sebagainya sebesar 66,7 persen.

Berdasarkan hasil observasi pada hari Rabu, 5 Juli 2019 peneliti menemukan bahwa bahwa kebanyakan remaja yang tinggal di kota besar seperti Samarinda, menggunakan media sosial instagram untuk mendapatkan perhatian dari orang lain sesama pengguna Instagram, remaja kerap meminta pendapat melalui unggahannya di Instagram serta menumbuhkan cira diri. Remaja yang aktif di media sosial instagram, gemar membagikan segala kegiatan yang dilakukan hampir setiap hari, seperti ketika sedang berkumpul bersama teman-teman, baik ketika berada di lingkungan sekolah, kampus, di tempat makan, *cafe*, *department store*, atau tempat-tempat wisata lainnya. Ketika sesuatu yang diunggah remaja di Instagram mendapat perhatian seperti *like*, dan komentar yang positif remaja akan merasa senang, namun jika sesuatu yang diunggah remaja di Instagram diabaikan oleh pengguna lain, remaja merasa bahwa apa yang ada pada dirinya tidak sebaik apa yang dimiliki orang lain serta membuat remaja cenderung tidak percaya diri.

Berdasarkan rangkaian permasalahan yang diuraikan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Penerimaan Diri dengan Harga Diri Pada Remaja Pengguna Instagram Di Kota Samarinda”.

TINJAUAN PUSTAKA

Harga Diri

Menurut Coopersmith (1967) harga diri merupakan evaluasi yang dibuat individu dan kebiasaan memandang dirinya, terutama sikap menerima, menolak, dan indikasi besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuan, keberartian, kesuksesan, keberhargaan. Secara singkat, harga diri adalah “*personal judgment*” mengenai perasaan berharga atau berarti yang diekspresikan dalam sikap-sikap individu terhadap dirinya.

Harga diri adalah penilaian terhadap diri yang dipengaruhi oleh karakteristik yang dimiliki orang lain dalam menjadi pembandingan. Harga diri merupakan penilaian diri yang dipengaruhi oleh sikap, interaksi, penghargaan, dan penerimaan orang lain terhadap individu (Burn, 1993).

Santrock (2008) menjelaskan harga diri merupakan evaluasi individu tentang dirinya sendiri secara positif atau negatif. Evaluasi ini memperlihatkan bagaimana individu menilai dirinya sendiri dan diakui atau tidaknya kemampuan dan

keberhasilan yang diperolehnya, selanjutnya Globe (1994) mendefinisikan harga diri sebagai penilaian diri yang dilakukan oleh seorang individu dan biasanya berkaitan dengan dirinya. Penilaian tersebut mencerminkan sikap penerimaan dan penolakan serta penunjukan seberapa jauh individu percaya pada dirinya, mampu, penting, berhasil dan berharga.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti menyimpulkan bahwa harga diri adalah evaluasi individu terhadap dirinya sendiri, diakui atau tidaknya kemampuan, keberartian, dan keberhasilan individu melalui sikap, interaksi, penghargaan, dan penerimaan orang lain sebagai pembandingan antara dirinya dengan orang lain.

Penerimaan Diri

Penerimaan diri adalah sikap yang pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas dan bakat-bakat diri sendiri, dan pengakuan akan keterbatasan-keterbatasan diri (Chaplin dan Kartono, 1989). Hurlock (2009) menjelaskan bahwa penerimaan diri adalah suatu tingkat kemampuan dan keinginan individu untuk hidup dengan segala karakteristik dirinya. Individu yang dapat menerima dirinya diartikan sebagai individu yang tidak bermasalah dengan dirinya sendiri, yang tidak memiliki beban perasaan terhadap diri sendiri sehingga individu lebih banyak memiliki kesempatan untuk beradaptasi dengan lingkungan. Penerimaan diri menjadi salah satu faktor penting yang berperan terhadap kebahagiaan individu sehingga ia memiliki penyesuaian diri yang baik, selanjutnya Santrock (2008) menyatakan bahwa penerimaan diri sebagai salah satu kesadaran untuk menerima diri sendiri dengan apa adanya.

Menurut Germer (2009), penerimaan diri sebagai kemampuan individu untuk dapat memiliki suatu pandangan positif mengenai siapa dirinya yang sebenar-benarnya, dan hal ini tidak dapat muncul dengan sendirinya, melainkan harus dikembangkan oleh individu.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti menyimpulkan bahwa penerimaan diri adalah keadaan dimana seseorang memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima kelebihan dan kekurangan yang ada pada diri serta merasa puas dan menerima diri apa adanya.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah

metode penelitian untuk menguji teori tertentu dengan cara meneliti hubungan antar variabel, sehingga data yang terdiri dari angka-angka dapat dianalisis berdasarkan prosedur statistik (Creswell, 2014).

Kemudian berdasarkan tujuan penelitian ini, peneliti menggunakan rancangan penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. Penelitian deskriptif juga dapat dilakukan mencari kuatnya hubungan antar variabel melalui analisis korelasi. Dalam analisis korelasi, tidak perlu diuji signifikansinya, dalam statistik deskriptif tidak ada uji signifikansi, tidak ada taraf kesalahan, karena peneliti tidak bermaksud membuat generalisasi, sehingga tidak ada kesalahan generalisasi (Sugiyono, 2017).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara penerimaan diri dengan harga diri pada remaja pengguna Instagram di Kota Samarinda, hal ini ditunjukkan dari hasil analisis *pearson r correlation* sebesar 0.348, maka hipotesis dalam penelitian ini diterima yaitu ada hubungan positif antara penerimaan diri dengan harga diri, namun dengan nilai kekuatan sebesar 0.348 merupakan kategori lemah yang artinya ada variabel yang lebih berhubungan dengan harga diri pada remaja pengguna Instagram.

Menurut Coopersmith (dalam Cecillia, 2017) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi harga diri yaitu, penerimaan atau penghinaan terhadap diri, kepemimpinan atau popularitas, keluarga dan orang tua, serta keterbukaan dan kecemasan. Penerimaan diri memiliki hubungan positif dengan harga diri, hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Qonita dan Dahlia (2019) bahwa terdapat hubungan yang positif antara penerimaan diri dengan harga diri dengan nilai $r = 0.273$ dan nilai $p = 0.035$, atau sebesar 27.3 persen dalam korelasi munculnya harga diri, sedangkan sisanya sebesar 72.7 persen dapat dikarenakan faktor-faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian.

Penerimaan diri memiliki beberapa aspek menurut Supratiknya (dalam Ridha, 2012) yaitu, kerelaan untuk membuka atau mengungkapkan aneka pikiran, perasaan, dan reaksi kita kepada orang lain, kesehatan psikologis, dan penerimaan terhadap

orang lain. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Wange dan Hartini (2013) dimana semakin tinggi penerimaan diri, maka semakin tinggi harga diri seseorang, atau semakin rendah penerimaan dirinya maka harga dirinya semakin rendah. Apabila remaja mampu menerima keadaan dirinya maka remaja tersebut akan merasakan harga diri yang semakin tinggi ketika menghadapi keadaan yang tidak diharapkan, begitu pula sebaliknya jika individu tidak mampu menerima keadaan dirinya maka individu akan merasakan harga diri yang rendah. Pada hasil analisis korelasi parsial pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa kerelaan untuk membuka atau mengungkapkan aneka pikiran, perasaan, dan reaksi kita kepada orang lain memiliki hubungan dengan rasa dianggap mampu dan berguna bagi orang lain dengan nilai $r = 0.226$. Menurut Supratiknya (dalam Ridha, 2012) membuka atau mengungkapkan aneka pikiran, perasaan, dan reaksi kita kepada orang lain, pertamanya harus melihat bahwa diri kita tidak seperti apa yang dibayangkan. Kalau kita sendiri menolak diri, maka pembukaan diri akan sebatas dengan pemahaman yang kita punya saja. Penerimaan diri yang baik dapat dilihat dari bagaimana remaja mampu menghargai dan menyayangi dirinya sendiri serta terbuka kepada orang lain.

Ketika remaja mengunggah sesuatu ke Instagram, membagikan sebuah informasi atau kegiatan yang dilakukan remaja kemudian mendapat komentar negatif tentang dirinya dari pengguna lain, namun jika remaja memiliki penerimaan diri yang baik, maka komentar negatif terhadap dirinya dari orang lain tidak akan mempengaruhi harga diri remaja tersebut. Hal ini sesuai dengan pendapat Maslow bahwa individu yang sudah memenuhi kebutuhan akan penghargaan, individu siap untuk mengejar aktualisasi diri yang merupakan kebutuhan tertinggi. Maka dari itu individu yang sudah terpenuhi akan kebutuhan-kebutuhan mendasarnya maka akan memiliki tingkat harga diri yang tinggi dan meskipun individu tersebut mendapatkan komentar buruk terhadap dirinya atau memandang orang lain yang lebih dari dirinya maka harga diri individu tersebut tidak akan terpengaruh (Feist dan Feist, 2010).

Maslow (dalam Feist dan Feist, 2010) mengatakan bahwa setiap orang memiliki dua kategori kebutuhan akan harga diri yaitu penghormatan atau penghargaan dari diri sendiri yang mencakup hasrat untuk memperoleh kompetensi, rasa percaya diri, kekuatan pribadi,

adekuasi, kemandirian dan kebebasan. Individu ingin mengetahui atau yakin bahwa dirinya berharga serta mampu mengatasi segala tantangan dalam hidupnya. Penghargaan dari orang lain mencakup prestise, pengakuan, penerimaan, perhatian, kedudukan, nama baik serta penghargaan. Individu butuh penghargaan atas apa-apa yang dilakukannya (Koeswara, 1986).

Pada hasil analisis korelasi parsial pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa kerelaan untuk membuka atau mengungkapkan aneka pikiran, perasaan, dan reaksi kita kepada orang lain memiliki hubungan dengan rasa rasa dihormati dengan nilai $r = 0.393$. Maslow (dalam Feist dan Feist, 2010) menjelaskan bahwa seseorang yang dihormati oleh orang lain akan merasa bahwa dirinya berada dan berharga, percaya diri sehingga mampu menghargai dirinya sendiri.

Remaja yang ketika namanya dicantumkan oleh teman pengguna Instagram lain, diberikan perhatian dalam bentuk komentar positif seperti memberikan ucapan selamat terhadap prestasi yang diraih remaja atau pada hari istimewa seperti ulang tahun dan sebagainya atau berupa *like* akan membuat remaja merasa bahwa dirinya berada dan berharga karena mendapat perhatian dari orang lain. Ada perasaan senang dan kepuasan yang dirasakan oleh remaja ketika apa yang diunggah di Instagram mendapat perhatian, bukan pengabaian (Jang, dkk., 2015).

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Handayani (2017) bahwa harga diri yang diperoleh seseorang tergantung pada pengakuan dan penilaian yang didapatkan dari gambaran yang dibagikan ke media sosial. Remaja mengunggah segala kegiatan di media sosial dengan harapan dapat menerima tanggapan positif dari teman-temannya.

Pada hasil analisis korelasi parsial pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa kesehatan psikologis memiliki hubungan dengan rasa rasa dihormati dengan nilai $r = 0.216$. Menurut Supratiknya (dalam Ridha, 2012) seseorang yang sehat secara psikologis memandang dirinya disenangi, mampu, berharga, dan diterima oleh orang lain. Orang yang menolak dirinya biasanya tidak bahagia dan tidak mampu membangun serta melestarikan hubungan baik dengan orang lain.

Menurut Ryff (dalam Papalia, dkk., 2008) pengalaman yang berpotensi mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah pengalaman-pengalaman yang dipandang individu sangat mempengaruhi komponen-komponen kehidupannya.

Ketika lingkungan memandang individu memiliki arti, nilai, serta dapat menerima individu apa adanya maka hal itu memungkinkan individu untuk dapat menerima dirinya sendiri, yang pada akhirnya mendorong individu memiliki harga diri tinggi atau yang positif. Sebaliknya bila lingkungan menolak dan memandang individu tidak berarti maka individu akan mengembangkan penolakan dan mengisolasi diri.

Sulit untuk mengetahui apakah orang lain sebenarnya menghargai atau tidak, oleh sebab itu remaja perlu merasa yakin bahwa orang lain berpikir baik tentang dirinya. Ada banyak cara supaya orang lain menghargai individu, antara lain melalui reputasi, status sosial, popularitas, prestasi, atau keberhasilan lainnya di dalam lingkungan masyarakat, kerja, sekolah, dan lain-lain (Boeree, 2006).

Pada hasil analisis korelasi parsial pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa penerimaan terhadap orang lain memiliki hubungan dengan rasa rasa dihormati dengan nilai $r = 0.473$. Penerimaan terhadap orang lain yaitu ketika individu memiliki pikiran positif terhadap dirinya, maka individu tersebut akan berpikir positif terhadap orang lain (Supratiknya, dalam Ridha, 2012). Remaja yang menghargai dirinya secara umum serta memiliki harga diri yang tinggi, maka remaja cenderung menghargai penampilan, kemampuan dan domain-domain lain bukan hanya pada diri remaja, namun juga pada orang lain. Ketika remaja mampu menerima kelebihan serta kekurangan yang ada pada dirinya kemudian media sosial khususnya instagram menjadi wadah untuk berbagi komentar, informasi, serta mendapatkan umpan balik melalui saran-saran yang diterima remaja, remaja akan mampu menghargai dirinya serta menghargai orang lain.

Penerimaan diri salah satunya dipengaruhi oleh kemampuan remaja dalam menerima kekurangan atau kelebihan yang ada pada dirinya, yang kemudian dikombinasikan dengan apresiasi atas dirinya secara keseluruhan. Kemampuan seorang remaja untuk mengapresiasi diri dan menilai diri secara keseluruhan dapat diartikan bahwa remaja tersebut memiliki harga diri yang baik (Resty, 2016).

Remaja akan berpikir bahwa menjadi seseorang yang menarik akan meningkatkan harga dirinya dan membuat dirinya lebih populer. Selama masa remaja, remaja harus memutuskan siapakah mereka, apa keunikannya, dan apa yang menjadi tujuan hidup. Mereka dihadapkan dengan berbagai peran. Menurut Erikson, tugas utama masa remaja

adalah memecahkan krisis identitas versus kebingungan identitas. Tahap ini merupakan tahap perkembangan pertama psikososial dimana remaja mengembangkan perasaan akan harga diri yang koheren, termasuk peran yang dimainkannya dalam masyarakat. Tahap ini dikenal dengan tahap identitas versus kebingungan peran (Papalia, dkk., 2008).

Menurut Erikson (dalam Santrock, 2008) ada delapan tahap perkembangan yang berlangsung seumur hidup. Pada masa remaja memasuki tahap perkembangan identitas versus kebingungan identitas (*identity versus identity confusion*). Pada tahap ini individu dihadapkan pada tantangan untuk menemukan siapa mereka, bagaimana mereka nantinya, dan arah mana yang hendak ditempuh dalam hidup. Seorang remaja akan mencoba banyak hal untuk mengetahui jati diri mereka yang sebenarnya.

Dalam mencari jati diri, remaja mencoba berbagai peran. Mereka yang sukses menggali sejumlah pilihan muncul dengan rasa diri yang baru, yaitu rasa cocok dan diterima oleh lingkungan. Mereka yang gagal menemukan identitas menarik diri dari pergaulan dengan teman dan keluarga. Instagram merupakan salah satu sarana seorang remaja untuk mencari identitas diri dengan cara mempresentasikan dirinya kepada orang lain melalui foto maupun video (Mafazi dan Nuqul, 2017).

Biasanya mereka akan melaluinya dengan teman-teman yang mempunyai kesamaan komitmen dalam sebuah kelompok. Penilaian kawan-kawan semakin penting di masa remaja dukungan dari kawan-kawan sebaya pada umumnya lebih berkaitan dengan martabat diri. Remaja memiliki kebutuhan yang kuat untuk diakui atau diterima kawan sebaya atau kelompok terlebih lagi dengan perkembangan teknologi dimana media sosial seperti Instagram digunakan sebagai sarana pengakuan karena merupakan tempat untuk mengekspresikan diri (Handayani, 2017). Sebagai akibatnya, mereka akan merasa senang apabila diterima. Namun sebaliknya akan merasa tertekan dan cemas apabila dikeluarkan dan diremehkan oleh kawan-kawan. Bagi banyak remaja, pandangan kawan-kawan terhadap dirinya merupakan hal yang paling penting (Santrock, 2008).

Harga diri seseorang timbul dalam hubungannya dengan orang lain di dalam kelompoknya. Salah satu fungsi penting dari kelompok kawan sebaya adalah sebagai sumber informasi mengenai dunia luar keluarga. Remaja memperoleh umpan balik mengenai kemampuannya dari kelompok kawan sebaya. Remaja mempelajari

bahwa apa yang mereka lakukan itu lebih baik, sama baik, atau kurang baik dibandingkan remaja lainnya. Ketika memasuki masa remaja, mereka memperoleh pengetahuan sosial yang lebih banyak. Di samping itu, pengetahuan mereka mengenai bagaimana cara berkawan, membuat kawan sebaya menyukai mereka. Dalam hal ini komformitas dapat bersifat positif maupun negatif (Santrock, 2008).

Banyak tujuan yang ingin didapat oleh remaja dengan bersikap konformis, antara lain supaya ada penerimaan kelompok, diakui eksistensinya sebagai anggota kelompok, menjaga hubungan dengan kelompok, mempunyai ketergantungan dengan kelompok, dan untuk menghindari sanksi dari kelompok (Rizki, 2017).

Pada hasil uji deskriptif didapatkan hasil dengan nilai skala harga diri *mean* empirik 84.16, lebih tinggi dari *mean* hipotetik dengan nilai 77.5 dan pada skala penerimaan diri di peroleh *mean* empirik 150.8, lebih tinggi dari *mean* hipotetik 125 yang artinya remaja pengguna Instagram di Kota Samarinda memiliki harga diri dan penerimaan diri yang tinggi.

Sheerer (dalam Wangge dan Hartini, 2013) yang menyatakan bahwa salah satu yang dapat mempengaruhi penerimaan diri adalah harga diri. Globe (1994) mendefinisikan harga diri sebagai penilaian diri yang dilakukan oleh seorang individu dan biasanya berkaitan dengan dirinya. Penilaian tersebut mencerminkan sikap penerimaan dan penolakan serta penunjukan seberapa jauh individu percaya pada dirinya, mampu, penting, berhasil dan berharga.

Maslow (dalam Feist dan Feist, 2010) mengatakan individu yang sudah memenuhi kebutuhan akan penghargaan, individu siap untuk mengejar aktualisasi diri yang merupakan kebutuhan tertinggi. Maka dari itu individu yang sudah terpenuhi akan kebutuhan-kebutuhan mendasarnya maka akan memiliki tingkat harga diri yang tinggi dan meskipun individu tersebut mendapatkan komentar buruk terhadap dirinya atau memandang orang lain yang lebih dari dirinya maka harga diri individu tersebut tidak akan terpengaruh.

Hurlock (2009) menyatakan bahwa penerimaan merupakan salah satu hal yang berkontribusi bagi setiap individu dalam mencapai kebahagiaan yang ditandai dengan sikap optimis, yakin dengan potensi diri, serta bebas dari kekhawatiran-kekhawatiran yang kemudian akan menunjang optimalisasi perkembangan khususnya pada remaja. Apabila remaja mampu menerima

keadaan dirinya maka remaja tersebut akan merasakan harga diri yang semakin tinggi.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan terdapat hubungan antara penerimaan diri dengan harga diri pada remaja pengguna Instagram di Kota Samarinda dengan nilai korelasi sebesar 0.348, namun demikian penelitian ini masih memiliki keterbatasan. Keterbatasan-keterbatasan tersebut antara lain kurangnya spesifikasi kriteria pada sampel dalam penelitian ini, misalnya jumlah unggahan, jumlah *like* atau komentar, dimana dapat digunakan untuk melihat interaksi remaja di Instagram. Hal ini dapat menunjukkan bagaimana harga diri dan penerimaan diri yang diperoleh remaja pada unggahannya di Instagram melalui *feedback* yang diberikan oleh orang lain terhadap dirinya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan bahwa terdapat hubungan antara penerimaan diri dengan harga diri pada remaja pengguna Instagram di Kota Samarinda.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dikemukakan di atas, maka saran yang dapat diberikan peneliti adalah sebagai berikut:

1. Bagi remaja pengguna Instagram diharapkan dapat mengenali dan menggali potensi diri yang dimiliki, sehingga remaja dapat menyalurkan potensinya melalui kegiatan baik dalam bidang akademik maupun nonakademik, seperti mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah misalnya olahraga, kesenian, jurnalis, organisasi dan lain sebagainya. Dengan melakukan kegiatan tersebut maka remaja akan merasa mampu, percaya diri, dan menghargai dirinya sendiri. Remaja akan terbuka kepada orang lain ketika mengunggah segala kegiatan di media sosial khususnya Instagram dengan mengunggah konten yang positif atau bermanfaat bagi orang lain seperti mengunggah kegiatan sosial, mengunggah dengan pakaian yang santun, mengunggah kalimat-kalimat yang sopan sehingga memperoleh harga diri yang positif.
2. Bagi orang tua yang memiliki anak usia remaja diharapkan dapat mengenalkan kepada anak mengenai potensi-potensi atau minat bakat yang disukai, serta memahami bahwa setiap individu khususnya remaja memiliki kelebihan dan kekurangannya masing-masing. Orang tua

diharapkan mengajarkan kepada anak untuk memiliki sikap menerima diri, menghargai diri, dan menyayangi diri sendiri agar nantinya remaja akan memandang dirinya berharga. Orang tua yang telah memahami kelebihan serta kekurangan remaja juga diharapkan dapat memberikan pujian, pengakuan, dan penghargaan terhadap potensi yang dimiliki anak yang kemudian potensi itu dapat diwujudkan dalam suatu bentuk kegiatan baik dalam bidang akademik maupun nonakademik, seperti dalam bidang olahraga, kesenian, jurnalis, organisasi dan lain sebagainya yang diikuti oleh remaja baik di sekolah maupun di luar sekolah. Sehingga remaja akan memiliki sikap percaya diri dan mampu menghargai diri sehingga memperoleh harga diri yang positif karena orang lain juga menghargainya.

3. Bagi sekolah diharapkan dapat memberikan atau memfasilitasi remaja terhadap potensi yang dimiliki dalam bentuk kegiatan yang positif seperti ekstrakurikuler di sekolah. Dari kegiatan tersebut juga diharapkan sekolah dapat memberikan penghargaan bagi remaja terhadap potensi-potensi yang dimiliki dan memberikan pemahaman kepada remaja bahwa setiap orang memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing, dimana sekolah dapat memberikan pemahaman kepada remaja agar memandang dirinya mampu mencapai prestasi yang ia inginkan. Dengan prestasi tersebut remaja akan mendapatkan harga diri yang positif.
4. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian dengan tema yang sama diharapkan dapat menspesifikasikan kriteria pada sampel penelitian, menambahkan variabel lain seperti konformitas dan identitas diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). (April, 2018). Potret zaman now pengguna & perilaku internet Indonesia! *Buletin APJII*. Diakses dari www.apjii.or.id.
- BOC Indonesia. (2019). *Data laporan digital tahun 2019 Indonesia*. Diakses 7 Januari 2019, <https://www.boc.web.id/statistik-pengguna-digital-dan-internet-indonesia-2019/>
- Boeree, G. (2006). *Personality theories*. Yogyakarta: Prisma Sophie.
- Burn, R. B. (1993). *Konsep diri: Teori, pengukuran, perkembangan dan perilaku*. (Cet. 1).
- Cecillia, L. D. (2017). Hubungan Antara Harga Diri Dengan Kecenderungan Narsisistik Pada Siswa

- Sma Kristen 1 Salatiga Yang Menggunakan Jejaring Sosial Instagram. *Jurnal Psikohumanika*, 9(1), 10-24.
- Chaplin, J. P., & Kartono, K. (1989). *Kamus lengkap psikologi*. Rajawali Pers.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco. H Freeman and Company.
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fazriyati, W. (2013). *Perilaku di facebook cermin masalah penerimaan diri*. Diakses 7 Januari 2019, <http://health.kompas.com>
- Feist, J., & Feist, G. J. (2010). *Teori kepribadian*. Jakarta: Salemba Humanika, 31.
- Germer, C. (2009). *The mindful path to self-compassion: Freeing yourself from destructive thoughts and emotions*. Guilford Press.
- Globe, F. G. (1994). *Psikologi humanistik abraham maslow*. Yogyakarta: Kanisias.
- Handayani, P. (2017). *Hubungan Antara Harga Diri Dengan Presentasi Diri Pada Pengguna Instagram* (Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang).
- Hurlock, E. B. (2009). *Psikologi perkembangan: suatu perkembangan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Jang, J. Y., Han, K., Shih, P. C., & Lee, D. (2015). Generation like: Comparative characteristics in instagram. *In Proceedings of the 33rd Annual ACM Conference on Human Factors in Computing Systems* (pp. 4039-4042).
- Koeswara, E. (1986). *Teori-teori kepribadian*. Penerbit PT. ERESKO.
- Mafazi, N., & Nuqul, F. L. (2017). Perilaku virtual remaja: strategi coping, harga diri, dan pengungkapan diri dalam jejaring sosial online. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 128-137.
- Papalia, D. E., Old, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human development (psikologi perkembangan)*. Jakarta: kencana.
- Qonita, R., & Dahlia, D. (2019). Hubungan Penerimaan Diri Dengan Harga Diri Pada Pengemis Di Kota Banda Aceh. *Seurune: Jurnal Psikologi UNSYIAH*, 2(1), 33-49.
- Ridha, M. (2013). Hubungan antara body image dengan penerimaan diri pada mahasiswa Aceh di Yogyakarta. *EMPATHY Jurnal Fakultas Psikologi*, 1(1).
- Rizki, A. (2017). Hubungan antara intensitas penggunaan media sosial instagram dengan harga diri. (*Skripsi*). Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Resty, G. T. (2016). Pengaruh Penerimaan Diri Terhadap Harga Diri Remaja Di Panti Asuhan Yatim Putri Aisyayah Yogyakarta. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 5(1).
- Santrock, J. W. (2008). *Motor, sensory, and perceptual development. A topical approach to life-span development*. McGraw-Hill Higher Education, Boston, 172-205.
- Sugiyono, P. Dr. (2017), *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R&D. Cetakan Ke-25*. Bandung: CV Alfabeta.
- Wangge, B. D., & Hartini, N. (2013). Hubungan antara penerimaan diri dengan harga diri pada remaja pasca perceraian orangtua. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, 2(1), 1-6.