

Pengaruh Self Instruction Dalam Meningkatkan Harga Diri Anak Jalanan Di Kota Parepare

Pujiardianti Wulandari¹, Asniar Khumas², Novita Maulidya Djalal³

^{1,2,3}Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Indonesia

E-mail: pujiardianti11@gmail.com¹, asniarkhumas@yahoo.com²,
novitamaulidyajalal@unm.ac.id³

Article History:

Received: 01 Oktober 2024

Revised: 07 Oktober 2024

Accepted: 15 Oktober 2024

Keywords: Anak Jalanan,
Harga Diri, Self Instruction

Abstract: Harga diri merupakan penilaian individu terhadap dirinya yang berharga, mampu dan berguna mengerjakan hal-hal positif, dan menerima kondisi dirinya. Harga diri meningkat seiring bertambah usia dan rentan di masa remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh self instruction dalam meningkatkan harga diri anak jalanan di kota Parepare. Penelitian ini merupakan penelitian Quasi Eksperimen dengan desain One Group Pretest-Posttest Design. Subjek dalam penelitian adalah anak jalanan di kota Parepare dengan kategori harga diri yang sedang dan rendah, sebanyak 17 orang. Data penelitian diperoleh dengan menggunakan skala harga diri yang disusun berdasarkan aspek harga diri yang dikemukakan oleh Rosenberg. Analisis data menggunakan analisis data nonparametric dengan metode uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode self instruction berpengaruh positif dalam meningkatkan harga diri anak jalanan di Kota Parepare. Hasil penelitian menunjukkan bahwa besarnya nilai signifikan $p = 0.000$ ($p < 0.05$). Implikasi dari penelitian ini adalah metode self instruction dapat dijadikan sebagai salah satu cara untuk meningkatkan harga diri anak jalanan di usia remaja.

PENDAHULUAN

Anak jalanan menjadi salah satu permasalahan social yang cukup kompleks bagi kota-kota besar di Indonesia. Anak jalanan dapat di temui mulai dari perempatan lampu merah, pelabuhan, pasar, pertokoan, bahkan lapangan, menjadi tempat beraktivitas mereka. Penyebab anak turun ke jalanan adalah meningkatnya skala dan kompleksitas masalah psikososial yang dialami keluarga, seperti keterpisahan orang tua, stress yang dialami orang tua, rendahnya kemampuan dalam pengasuhan dan perawatan anak, kekerasan dalam keluarga, rendahnya tingkat kemampuan ekonomi keluarga yang mengakibatkan tidak mampu memenuhi kebutuhan anak, mengakarnya nilai budaya yang tidak berpihak pada anak yang membawa kecenderungan pada pengabaian terhadap hak-hak anak.

Berdasarkan Data Terpadu Kesejahteraan Sosial (DTKS) dalam Ditjen Rehsos 2020 tercatat hingga 2019 sebanyak 183.104 anak dengan rincian 6.572 AMPK, 8.320 Anak Jalanan, 8.507 Balita, 92.861 AMPFS dan 64.053 anak terlantar. Berdasarkan keberadaannya, dari 183.104 anak

tersebut terdiri dari 106.406 anak di dalam Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) dan 76.698 anak di dalam keluarga. Berdasarkan data Dinas Sosial Kota Parepare, tercatat pada tahun 2016 jumlah anak jalanan sebanyak 63 orang, dan meningkat cukup signifikan di akhir tahun 2017 sebanyak 83 orang, hingga saat ini jumlah anak jalanan semakin meningkat.

Berdasarkan hasil pengambilan data oleh peneliti pada tanggal 16 Januari 2022 melalui pengisian kuesioner terhadap ke 7 anak jalanan diketahui sebanyak 5 anak jalanan (71%) cukup bahagia dengan hidupnya dan 2 anak jalanan (29%) merasa tidak bahagia. Sebanyak 4 anak jalanan (57%) merasa tidak berharga dengan keberadaannya, dan 3 anak jalanan (43%) merasa cukup berharga. Sebanyak 4 anak jalanan (57%) tidak menerima kondisi mereka saat ini, 2 anak jalanan (29%) cukup menerima kondisinya, dan 1 anak jalanan (14%) menerima kondisinya. Ada 5 anak jalanan (72%) tidak memperlakukan dirinya dengan baik. Sebanyak 5 anak jalanan (71%) merasa malu dan khawatir dengan kondisinya saat berada di jalan, dan 2 anak jalanan (29%) kadang-kadang merasa khawatir dan malu.

Anak jalanan memandang dirinya sebagai orang yang tidak berarti, mereka merasa tidak berharga, tidak menerima kondisi yang mereka alami dimana keberadaannya yang berbeda dengan anak seusianya, yang membuat mereka malu dan khawatir akan dirinya dan masa depan yang mereka impikan, sehingga mereka terkadang memperlakukan dirinya dengan buruk ketika apa yang mereka inginkan tidak bisa mereka capai. Ketika mereka tidak mampu memandang hidupnya secara positif dan menghormati dirinya maka banyak dampak yang akan terjadi pada anak jalanan seperti perkelahian, depresi, cemas, rendahnya motivasi berprestasi, dan bahkan hamil di luar nikah. hal ini merupakan indikasi dari harga diri yang rendah karena individu dengan harga diri yang tinggi akan mencerminkan pribadi yang positif, bersikap baik ketika berinteraksi dengan orang lain, mereka akan merasa puas dengan dirinya sendiri dan percaya bahwa orang lain menghormati dan juga menghargai mereka.

Individu harus memandang diri sendiri dengan baik, memperlakukan diri dengan baik yang disertai dengan rasa senang bangga pada dirinya. McClure (Febrina, Suharto, & Saleh, 2018) mengemukakan bahwa remaja dengan harga diri yang rendah cenderung berperilaku mencari perhatian orang lain. Menurut Guindon (2011) permasalahan harga diri pada masa remaja akan menyebabkan individu tidak mengetahui value dirinya, tidak mengetahui kapasitas yang dimiliki, sehingga individu tidak mampu menjawab siapa dirinya dan bagaimana rencana masa depannya pada masa dewasa.

Guindon (2011) menjelaskan bahwa perubahan harga diri dapat terjadi ketika individu mengalami intervensi pada kognitif untuk menata kembali proses evaluasi pada dirinya. Strategi kognitif yang dianggap paling efektif digunakan dalam berbagai rentang usia adalah cognitive behavioral therapy (CBT), pendekatan ini juga sesuai dengan rentang usia yang dimiliki oleh anak alanan. Pendekatan cognitive behavior merupakan suatu bentuk pendekatan psikoterapi yang terstruktur. Pendekatan cognitive behavior memiliki beberapa metode antara lain cognitive restructuring, self instruction, dan problem solving. Menurut Meinchenbaum (Lestari, 1997) menjelaskan bahwa terapi self instruction merupakan bentuk dasar dari restrukturisasi kognitif yang berfokus pada perubahan verbalisasi diri. Self instruction memiliki keunggulan dari beberapa metode cognitive behavior yaitu dapat menggantikan pandangan negative individu menjadi positif, metode ini juga dapat mengarahkan individu untuk mengubah kondisi dirinya agar memperoleh konsekuensi yang efektif dari lingkungan.

Teaster (Larasati, 2012) juga mengatakan bahwa pernyataan positif (positive self-statement) dapat meningkatkan harga diri. Lange dkk (1998) juga membuktikan bahwa metode self instruction mampu meningkatkan harga diri pada remaja

Berdasarkan landasan teori yang telah dipaparkan, maka hipotesis yang diajukan dalam

penelitian ini adalah metode self instruction berpengaruh dalam meningkatkan harga diri pada anak jalanan di Kota Parepare.

Teaster (Larasati, 2012) juga mengatakan bahwa pernyataan positif (positive self-statement) dapat meningkatkan harga diri. Lange dkk (1998) juga membuktikan bahwa metode self instruction mampu meningkatkan harga diri pada remaja

Berdasarkan landasan teori yang telah dipaparkan, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah metode self instruction berpengaruh dalam meningkatkan harga diri pada anak jalanan di Kota Parepare.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuasi eksperimen. Variabel dalam penelitian terdiri dari harga diri (variabel terikat) dan *self instruction* (variabel bebas). Secara operasional, harga diri anak jalanan diukur menggunakan skala harga diri yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek harga diri yang dikemukakan oleh Rosenberg (1965), sedangkan metode *self instruction* dibuat oleh peneliti dalam bentuk panduan praktis yang mengacu pada empat tahap yang dikemukakan oleh Meichenbaum (Corey, 2012).

Populasi dalam penelitian adalah anak jalanan yang berada di Kota Parepare. Sedangkan sampel dalam penelitian ini sebanyak 17 subjek yang merupakan anak jalanan di Kota Parepare yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling* yang merupakan teknik penentuan sampel dengan kriteria yang telah disusun oleh peneliti.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian adalah skala harga diri yang disajikan dengan model skala Likert. Azwar (2020) mengemukakan bahwa skala Likert menampilkan sikap yang dinyatakan dalam bentuk pilihan jawaban terhadap suatu pernyataan pada objek sosial. Skala harga diri pada penelitian ini disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Rosenberg (Rahmaniar & Yuniar, 2012) yang terdiri dari dua aspek yaitu penerimaan diri dan penghormatan diri. Selanjutnya intervensi dalam penelitian ini menggunakan metode *self instruction* yang terdiri dari empat tahap yang dikemukakan oleh Meichenbaum (dalam Martin & Pear, 2007) yaitu mengidentifikasi pikiran negatif yang dimiliki (*negatif self statement*), mempelajari *positive self talk*, mempelajari *self instruction* untuk menetapkan langkah-langkah perilaku yang akan dilakukan, dan menetapkan *self reinforcement* ketika berhasil mengatasi situasi.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian dengan analisis deskriptif. Pada uji hipotesis menggunakan analisis nonparametric uji *Wilcoxon* dengan bantuan *software* SPSS 26.0 *for windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Subjek dalam penelitian ini sebanyak 17 anak jalanan di Kota Parepare, berusia 10-15 tahun, mampu membaca dan menulis, memiliki kategori harga diri yang rendah-sedang, dan bersedia menjadi responden penelitian. Adapun hasil deskriptif responden penelitian dapat dilihat sebagai berikut :

Tabel 1. Deskripsi responden penelitian

Jenis Kelamin	Jumlah Subjek	Persentase (%)
Laki-laki	9	53%
Perempuan	8	47%
Total	17	100%
Pendidikan Subjek		
Putus Sekolah	9	53%
Sekolah Dasar (SD)	5	29%

Sekolah Menengah Pertama (SMP)	3	18%
Total	17	100%

Berdasarkan hasil analisis deskriptif subjek penelitian didominasi oleh anak jalanan berjenis kelamin laki-laki sebanyak 9 responden, dan 8 responden anak perempuan. Penelitian ini didominasi oleh anak jalanan yang putus sekolah sebanyak 9 responden, 5 responden bersekolah SD, dan 3 responden SMP.

Hasil analisis deskriptif data penelitian diperoleh melalui perbandingan antara skor hipotetik dan skor empirik yang meliputi skor minimum, skor maksimum, rata-rata (*mean*), dan standar deviasi (SD) dari data penelitian yang diperoleh dan akan dikategorisasikan, adapun hasil pengkategorisasian data dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 2. Deskripsi data penelitian

Variabel	Hipotetik			
	Min	Maks	Mean	SD
Harga Diri	20	100	60	13,3

Berdasarkan tabel diatas bisa diketahui jika hasil kajian deskriptif data hipotetik terendah ialah 20 dan skor tertinggi ialah 100, dengan nilai rata-rata hipotetik sebanyak 60 serta standar deviasi sebesar 13,3, maka ketegorisasi respon pada skala ini yaitu :

Tabel 3. Kategorisasi skala variable harga diri

No	Skor	Kategori
1	$X > 73$	Tinggi
2	$47 < X \leq 73$	Sedang
3	$X < 47$	Rendah

Tabel 4. Deskripsi kategorisasi skor

Inisial	Skor Pre	Skor Post	Kategori
Eksperimen			
NIST	44	74	Tinggi
PWA	42	74	Tinggi
MF	42	77	Tinggi
RAS	41	76	Tinggi
A	44	83	Tinggi
MR	46	79	Tinggi
AL	44	80	Tinggi
D	44	87	Tinggi
AT	45	98	Tinggi
H	43	85	Tinggi
T	45	83	Tinggi
AM	44	82	Tinggi
M	47	75	Tinggi
I	46	76	Tinggi
AF	45	74	Tinggi

AC	47	73	Sedang
RE	47	81	Tinggi

Setelah diberikan *metode self instruction* beberapa subjek mengalami perubahan, setelah selesai pemberian *treatment* diberikan juga lembar evaluasi dan reaksi materi kepada subjek. Berikut respon dan hasil individu dari masing-masing subjek. Berikut tabel hasil hipotesis:

Tabel 5. Hasil uji hipotesis

Wilcoxon Parametrik Test		
	Z	p
<i>Pre Post</i>	-3,623 ^b	0,000

Hipotesis dalam penelitian ini adalah metode *Self Instruction* berpengaruh dalam meningkatkan harga diri anak jalanan di Kota Parepare. Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan, didapatkan nilai signifikansi sebanyak $p = 0,000$ ($p < 0,05$), berarti H_0 tidak disetujui dan H_a disetujui, jadi metode *Self Instruction* berpengaruh signifikan dalam meningkatkan harga diri anak jalanan di Kota Parepare.

Pembahasan

Penelitian ini memiliki hasil uji deskripsi yang didapatkan melalui respon jawaban yang diisi oleh subjek penelitian. Hasil respon jawaban pada skala harga diri pada anak jalanan dapat dilihat bahwa dari 17 orang subjek penelitian (kelompok eksperimen, data menunjukkan bahwa tidak terdapat subjek yang memiliki harga diri yang rendah, terdapat 1 subjek (6%) yang menunjukkan harga diri dengan kategori sedang, dan 16 subjek (94%) menunjukkan harga diri yang tinggi.

Hal ini memberikan asumsi bahwa anak jalanan di Kota Parepare memiliki tingkat harga diri yang tinggi setelah mengikuti pelatihan *self instruction*. Individu yang memiliki harga diri yang tinggi akan lebih memandang dirinya dengan bangga, puas akan dirinya, lebih optimis, semangat hidup yang tinggi, berani mengambil risiko, dan mampu menerima kritikan orang lain. Sedangkan, individu dengan harga diri rendah akan memandang hidupnya dengan tidak berarti, tidak puas dengan dirinya, memiliki keinginan berada di posisi orang lain, tidak menerima kritikan, dan memandang rendah dirinya.

Permasalahan ekonomi menjadi salah satu alasan meningkatnya anak jalanan di Kota Parepare. Ekonomi yang lemah menjadi alasan orang tua hingga anaknya berada di jalanan untuk mencari penghasilan. Desakan ekonomi yang membuat anak jalanan mengurungkan niatnya untuk bersekolah dan bahkan mengalami putus sekolah. Wolfe (2015) menyebutkan sebagian besar anak jalanan memiliki harga diri yang rendah dikarenakan faktor perekonomian keluarga yang kurang, kurangnya ikatan keluarga, dan kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar.

Keadaan anak jalanan di Kota Parepare yang sebagian besar berada dalam ekonomi yang lemah, tidak dihargai oleh lingkungan sekitarnya, dan bahkan sering dipandang negatif oleh masyarakat. Kehidupan mereka di jalanan yang akrab dengan kemiskinan membuat anak jalanan berusaha keras untuk mencari penghasilan. Anak jalanan yang putus sekolah atau bahkan belum pernah merasakan duduk di bangku persekolahan yang berada di Kota Parepare menjalani hari-harinya dengan berjualan air minum, kresek, tissue, mengamen, dan mengemis.

Anak jalanan menginginkan kehidupan yang lebih layak dan baik dari yang mereka alami saat ini. Mereka terkadang merasa malu ketika berada di jalan dan berpapasan dengan orang yang mengenalnya. Sebagian besar anak jalanan merasa dirinya tidak berguna, dan tidak ingin hidupnya terus menerus berada di jalan. Tidak sedikit dari mereka ingin merasakan bangku sekolah seperti

anak-anak umumnya. Anak jalanan yang berada di Kota Parepare tidak bangga menjadi anak jalanan, melainkan mereka bangga karena bisa menghasilkan uang di usia mereka yang masih remaja untuk membantu perekonomian keluarga. Hal ini sejalan dengan hasil riset yang dilakukan oleh Nasution dan Nashori (2007) yang mengatakan bahwa anak jalanan dapat menerima statusnya sebagai anak jalanan, dengan alasan hidup yang harus dijalani, dan itulah kenyataan yang harus mereka hadapi.

Anak jalanan kerap mendapatkan pandangan negatif dari masyarakat umum, bahkan razia aparat pemerintah sering dilakukan untuk menertibkan anak-anak yang mengganggu lalu lintas di jalan. Anak jalanan sama seperti anak lainnya, yang memiliki keinginan dan cita-cita ketika mereka sudah dewasa. Sehingga anak jalanan perlu mengarahkan dirinya ke arah yang lebih positif.

Pemberian metode *self instruction* yang dilakukan selama dua hari memberikan pengaruh terhadap skor harga diri anak jalan. Berdasarkan hasil wawancara setelah mengikuti *posttest* sebagian besar subjek berani untuk menetapkan target hidup mereka yang tinggi. Mereka merasa lebih percaya diri, lebih bahagia dengan hidupnya, lebih puas dengan dirinya, lebih optimis untuk menggapai cita-citanya. Metode *self instruction* memberikan pengaruh terhadap anak jalanan yang menjadi partisipan pada penelitian ini. Metode yang dibuat dengan menarik membuat partisipan nyaman mengikuti kegiatan. Hal ini didukung dengan pernyataan Peratikos & Kiritsis (2010) menyatakan bahwa strategi seperti bermain dan simulasi dapat digunakan untuk subjek remaja, agar intervensi yang diberikan tidak kaku sehingga subjek bersikap terbuka dan mengekspresikan diri.

KESIMPULAN

Penelitian ini menarik kesimpulan bahwa hasil uji hipotesis dan pembahasan bahwa metode *Self Instruction* efektif dalam meningkatkan harga diri anak jalanan di Kota Parepare. Terdapat perbedaan tingkat harga diri secara signifikan kepada kelompok eksperimen dapat diketahui melalui selisih skor pada *pretest* dan *posttest*. Dari uraian kesimpulan tersebut, maka peneliti mengajukan beberapa saran kepada pihak terkait seperti di bawah ini :

1. Bagi Partisipan

mampu meningkatkan tingkat harga diri dengan menggunakan intervensi metode *self instruction*. Partisipan dapat menerapkan metode yang diterima dalam kehidupan sehari-hari. Untuk meningkatkan harga diri anak jalanan diperlukan adanya pendampingan.

2. Bagi Dinas Sosial dan Instansi Terkait

Diharapkan dapat melakukan evaluasi pada kebijakan terkait penanganan anak jalanan. Menerima keberadaan anak jalanan sebagai bagian dari masyarakat. Membuat program bagi anak jalanan yang dapat membantu untuk meningkatkan perekonomian keluarga.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperhatikan faktor eksternal yang dapat mempengaruhi pada saat pemberian intervensi dilakukan. menggunakan tim peneliti dapat membantu pada saat pemberian intervensi untuk melakukan observasi pada partisipan.

DAFTAR REFERENSI

- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
 Azwar, S. (2018a). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
 Azwar, S. (2018b). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

- Corey, G. (2012). *Theory and Practice of Group Counseling (Eight Edition)*. USA: Brooks/Cole.
- Febrina, D. T., Suharso, P. L., & Saleh, A. Y. (2018). Self-Esteem Remaja Awal: Temuan Baseline Dari Rencana Program Self-Instructional Training Kompetensi Diri. *Jurnal Psikologi Insight*, 2(1), 43–56. <https://doi.org/10.17509/insight.v2i1.11922>.
- Guindon, M. H. (2011). *Self Esteem Across The Lifespan: Issues and Interventions*. *Journal of Women & Aging*, 23, 177-181. doi:10.1080/08952841.2011.561147
- Lange, A., Richard, R., Gest, A., de Vries, M., Lodder, L. (1998). *The Effects of Positive Self-instruction: A Controlled Trial*. *Cognitive Therapy and Research*, Vol. 22, No. 3, 1998, pp. 225-236
- Larasati, W. P. (2012). Meningkatkan Self Esteem Melalui Metode Self-Instruction. *Universitas Indonesia*
- Lestari, S, Karyani, U. 1997. Anak Jalanan Permasalahan dan Penangannya. *Jurnal Psikologi*, No. 3 Vol. 15/No.2/2000. Surakarta: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Martin, G., & Pear, J. (2007). *Behavior Modification: What It Is and How to Do It (8th ed.)*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall
- Martin, G., & Pear, J. (2007). *Behavior Modification: What It Is and How to Do It (8th ed.)*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall
- Nasution, M. D. N., & Nashori, F. (2007). Harga diri anak jalanan. *Jurnal Ilmiah Psychology*, 9(1), 62–82. Retrieved from <http://journals.ums.ac.id/index.php/indigenous/article/view/1622>
- Peratikos-Kiritsis, A. (2010). *Cognitive Behavioral Play Therapy for children with depression: A manual for individual treatment*. University of Hartford.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and The Adolescent Self-Image*. New Jersey: Princeton University Press.
- Wolfe, A. (2015). *An examination of the self esteem of street children, as measured by the CFSEI* – 3. A thesis presented in partial fulfillment of the requirements for the degree master of science
- Yuniar, I., & Rahmania. (2021). Hubungan antara Self-Esteem dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada Remaja Putri. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 1(2), 110–117