

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan individu yang sedang berada dalam masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa baik secara fisik, psikologis, emosional maupun sosial (WHO, 2020). Laporan terbaru dari (WHO, 2024) menunjukkan bahwa 1,3 miliar remaja di seluruh dunia, atau sekitar 16% dari populasi global, berada dalam rentang usia 10 hingga 19 tahun. Tahap ini ditandai dengan eksplorasi identitas remaja, penguatan ikatan dengan teman sebaya, dan peningkatan beban akademik. Perubahan yang cepat dan kompleks ini, membuat masa remaja menjadi periode yang sangat kontras dalam dinamika hidup untuk membangun fondasi kepribadian yang stabil.

Harga diri (*self-esteem*) merupakan penilaian menyeluruh individu terhadap diri sendiri, yang mencakup rasa berharga dan penerimaan diri atas segala kelebihan serta kekurangannya (Mart & Carmen, 2024). Dalam buku "*Society and the Adolescent Self-Image*", Rosenberg menjelaskan bahwa cara seseorang memandang dan memperlakukan dirinya sangat memengaruhi keseimbangan sosial dan psikologisnya (Rosenberg, 2015). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa ketika seseorang mampu menghargai dirinya, maka akan lebih siap menghadapi tekanan sosial dan tantangan kehidupan.

Di Indonesia, tantangan terkait perkembangan harga diri (*self-esteem*) pada remaja menjadi perhatian serius. Tantangan dalam perkembangan harga diri remaja juga terungkap melalui berbagai studi yang menunjukkan banyak

remaja memiliki harga diri yang rendah. Menurut penelitian (Qodariyah, 2024), sekitar 35% remaja berusia 15 tahun ke atas di Indonesia melaporkan memiliki harga diri rendah. Remaja yang tumbuh tanpa dukungan emosional berisiko lebih besar mengalami harga diri prevalensi *self-esteem* sedang mencapai 94,5% rendah, yang berdampak pada munculnya kecemasan, depresi, dan keterbatasan dalam penyesuaian diri. Meskipun banyak penelitian menyoroti tingkat *self-esteem* remaja, pemahaman mengenai pengetahuan dan sikap remaja tentang *self-esteem* sebagai dasar pembentukan penilaian diri masih relatif terbatas. Padahal, penilaian diri remaja tidak semata-mata dipengaruhi oleh faktor eksternal, melainkan juga oleh proses internal baik kognitif maupun afektif, yang mencakup sejauh mana individu tersebut mengenal, mengerti, dan merespons dirinya sendiri dengan cara yang positif (Orth & Robins, 2022).

Cara pandang remaja terhadap diri sendiri sangat dipengaruhi oleh pengetahuan mereka tentang harga diri (*self-esteem*). Jika remaja memiliki konsep yang salah mengenai nilai diri, standar keberhasilan, dan perbandingan sosial, maka berpotensi memiliki pandangan diri yang negatif. Penelitian terbaru mengungkap bahwa literasi psikologis yang rendah di kalangan remaja berkontribusi pada penerimaan diri yang buruk dan kesulitan mengatasi tekanan akademis serta sosial (Sarfika, *et al.*, 2023). Selain pengetahuan, persepsi diri remaja menjadi penentu penting dalam perilaku dan kesehatannya. Sikap terhadap diri yang buruk berdampak pada minimnya dorongan belajar, isolasi sosial, dan bertambahnya masalah emosional serta tingkah laku. Sebaliknya, remaja dengan sikap positif terhadap diri cenderung memiliki resiliensi yang

lebih baik dalam menghadapi tekanan lingkungan sekolah. (Sarfika, *et al.*, 2023).

Pada jenjang sekolah menengah pertama (SMP) remaja mengalami periode transisi krusial yang mencakup perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Meskipun demikian, kurikulum sekolah lebih menekankan domain akademik, sementara pengajaran mengenai pembentukan *self-esteem* yang meliputi pengetahuan dan sikap belum diintegrasikan secara terstruktur. Salah satu penelitian menemukan bahwa prevalensi *self-esteem* sedang mencapai 94,5% (52 dari 55 responden), sementara prevalensi *self-esteem* rendah berada pada angka 5,5% (3 dari 55 responden) (Nabilla, *et al.*, 2024). Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja tidak berada pada kondisi harga diri rendah, tetapi masih berada pada kategori sedang, yang mengindikasikan bahwa mereka mungkin belum sepenuhnya memiliki persepsi diri yang positif dan stabil. Data ini menegaskan perlunya upaya peningkatan *self-esteem* melalui edukasi dan intervensi promotif dan preventif di lingkungan sekolah untuk mendukung perkembangan psikologis remaja.

Survei dari *Psychiatry Nursing Journal* tahun 2025 melaporkan bahwa prevalensi *self-esteem* rendah pada remaja di Indonesia sedikit lebih tinggi dibanding rata-rata negara Asia lainnya (Dewi, *et al.*, 2025). Dalam kajian literatur menjelaskan bahwa faktor seperti dukungan sosial, prestasi akademik, dan citra tubuh sangat memengaruhi *self-esteem* remaja di sekolah (Ariyanti & Purwoko, 2023). Temuan-temuan ini menegaskan adanya celah besar dalam survei nasional di mana kebanyakan survei kesehatan jiwa remaja lebih banyak

fokus pada depresi atau kecemasan, sementara pengetahuan dan sikap tentang *self-esteem* belum diukur secara rutin meskipun *self-esteem* memiliki implikasi psikologis yang luas dan berdampak pada kesejahteraan remaja.

Penelitian internasional dan tinjauan sistematis menunjukkan bahwa tingkat *self-esteem* remaja bervariasi antar wilayah dan dipengaruhi oleh faktor keluarga, teman sebaya, serta konteks digital sehingga estimasi prevalensi yang dihasilkan dari studi lokal tidak selalu mewakili kondisi populasi yang lebih luas (Mart & Carmen, 2024). Hingga kini belum tersedia data prevalensi yang spesifik dan representatif mengenai pengetahuan dan sikap tentang *self-esteem* remaja di wilayah Sleman, khususnya Kecamatan Kalasan, minimnya data lokal ini menciptakan kesenjangan pengetahuan dan sikap yang diteliti melalui investigasi empiris kontekstual. Oleh karena itu, penelitian ini tidak hanya memberikan pengembangan ilmu keperawatan komunitas dan promosi kesehatan remaja secara teoritis, tetapi juga untuk menyediakan gambaran awal (*baseline*) tentang kondisi pengetahuan dan sikap tentang *self-esteem* remaja di Kecamatan Kalasan sebagai dasar ilmiah bagi sekolah dan penyedia layanan kesehatan mental dalam merancang program edukasi *self-esteem* yang sesuai konteks.

Pemilihan lokasi penelitian di SMP Negeri 4 Kalasan didasarkan pada relevansi empiris antara fenomena yang ditemukan di lapangan dengan fokus penelitian mengenai pengetahuan dan sikap tentang *self-esteem* remaja. Berdasarkan hasil studi pendahuluan di lokasi penelitian, observasi dan wawancara dengan beberapa siswa didapatkan hasil masih ada siswa yang

belum mengetahui konsep *self-esteem* dan persepsi positif tentang *self-esteem*. Penyebaran kuesioner pada 24 siswa kelas VII menunjukkan bahwa sebanyak 43% siswa berada pada kategori pengetahuan kurang, sedangkan 57% siswa berada pada kategori pengetahuan cukup. Hasil juga menunjukkan lebih dari setengah siswa (54,2%) masih memiliki sikap yang kurang positif terhadap *self-esteem*. Meskipun sebagian siswa menyatakan *self-esteem* penting, masih ditemukan sikap negatif terhadap diri sendiri, seperti merasa lebih rendah dibandingkan teman dan kesulitan menghargai diri saat melakukan kesalahan. Lokasi sekolah ini juga belum pernah mendapatkan edukasi mengenai *self-esteem*. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian siswa kelas VII di SMP Negeri 4 Kalasan belum memiliki pemahaman dan sikap yang memadai, sehingga diperlukan upaya edukasi berbasis media *Audiovisual* yang sistematis, mudah dipahami, menarik dan sesuai dengan karakteristik remaja untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang *self-esteem*.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan suatu intervensi edukasi yang sesuai dengan karakteristik remaja sekolah menengah pertama. Media *Audiovisual* dipilih karena mampu menyajikan informasi secara simultan melalui unsur visual dan audio sehingga memudahkan pemahaman konsep abstrak seperti *self-esteem*. Berdasarkan teori Kerucut Pengalaman Edgar Dale, media *Audiovisual* berada pada tingkat pengalaman belajar yang lebih konkret dibandingkan ceramah atau media cetak, sehingga lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap. Media *Audiovisual* yang digunakan dalam penelitian ini diberi nama "*BOO-STEE*", yang merupakan

nama produk edukasi dan bukan singkatan formal, meskipun terinspirasi dari frasa *Boost Your Self-esteem*. Media *Audiovisual* “*BOO-STEE*” dirancang sebagai media edukasi kesehatan jiwa yang sistematis dan mudah dipahami oleh remaja.

Penelitian sebelumnya banyak terfokus pada pendekatan konseling, penggunaan modul cetak, atau penyampaian ceramah yang bertujuan untuk meningkatkan rasa percaya diri, namun belum banyak yang memanfaatkan media *Audiovisual* yang dirancang khusus dalam konteks remaja SMP untuk menilai pengetahuan dan sikap yang merupakan landasan bagi pembentukan rasa percaya diri itu sendiri. Kesenjangan ini terlihat dari kurangnya penelitian yang secara komprehensif menguji efektivitas media *Audiovisual* yang dirancang khusus untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap positif tentang *self-esteem* pada remaja di lingkungan sekolah formal, seperti SMPN 4 Kalasan. Menjawab kesenjangan tersebut, penelitian ini menguji penggunaan media *Audiovisual* “*BOO-STEE*” yang nanti di akhir sesi dipadukan dengan diskusi singkat reflektif sebagai solusi edukasi yang inovatif untuk meningkatkan pemahaman tentang konsep *self-esteem* dan menumbuhkan sikap yang lebih positif terhadap diri sendiri.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka dapat di rumuskan “Apakah terdapat perbedaan peningkatan pengetahuan dan sikap positif tentang *self-esteem* antara remaja yang diberikan edukasi

menggunakan media *Audiovisual* “*BOO-STEE*” dengan remaja yang diberikan metode ceramah konvensional di SMP Negeri 4 Kalasan?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui efektivitas edukasi *self-esteem* menggunakan media *Audiovisual* “*BOO-STEE*” terhadap pengetahuan dan sikap positif tentang *self-esteem* pada remaja di SMP Negeri 4 Kalasan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden melalui usia dan jenis kelamin.
- b. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan sebelum pemberian edukasi *Self-esteem* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- c. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan sesudah pemberian edukasi *Self-esteem* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- d. Mengidentifikasi sikap remaja sebelum pemberian edukasi *Self-esteem* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- e. Mengidentifikasi sikap remaja sesudah pemberian edukasi *Self-esteem* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- f. Menganalisis perbedaan peningkatan pengetahuan dan sikap positif antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah diberikan edukasi *self-esteem*.

D. Ruang Lingkup

Penelitian ini termasuk ke dalam lingkup Ilmu Keperawatan Komunitas dengan fokus untuk meneliti efektivitas edukasi *self-esteem* menggunakan

media *Audiovisual* “*BOO-STEE*” terhadap pengetahuan dan sikap positif tentang *self-esteem* pada remaja di SMP Negeri 4 Kalasan.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah bagi pengembangan teori keperawatan komunitas dan kesehatan jiwa khususnya pada remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pemahaman dan sikap positif mengenai *self-esteem* pada masa perkembangan remaja.

b. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan menjadi referensi dan inovasi media pembelajaran bagi guru bimbingan konseling serta tenaga kesehatan sekolah dalam mendukung kesehatan mental siswa.

c. Bagi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Penelitian ini berpotensi dimanfaatkan sebagai referensi dan bahan diskusi akademis oleh institusi pendidikan, memperkaya literatur keilmuan, sekaligus sebagai fondasi bagi riset mendatang.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi referensi awal untuk mengembangkan intervensi serupa di tingkat pendidikan lain atau dalam konteks yang lebih luas.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Nama, Tahun, Judul Penelitian	Tujuan dan Metode	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	(Khadijah, <i>et al.</i> , 2024) <i>The Effect of Audiovisual Education on Adolescent Effort to Prevent Depression and Self-Harm</i>	<p>Tujuan: Menentukan efek pemberian edukasi <i>Audiovisual</i> pada remaja dalam upaya pencegahan depresi dan self-harm.</p> <p>Metode: 1. Penelitian ini menggunakan metode penelitian pre-eksperimen <i>one-group pretest posttest</i> 2. Total sampling 70 remaja. 3. Intervensi terdapat 3 sesi (sesi 1: edukasi tentang depresi, sesi 2: edukasi tentang self-harm, sesi 3: menampilkan ilustrasi kasus remaja & cara menanganinya.) 4. Alat ukur: CDI (Children's Depression Inventory) dan SHI (Self-Harm Inventory). 5. Analisis: uji Wilcoxon.</p>	<p>1. Edukasi <i>Audiovisual</i> menurunkan depresi ($p=0.000$) dan self-harm ($p=0.001$) 2. Terdapat efek signifikan pengurangan skor depresi dan self-harm setelah intervensi <i>Audiovisual</i> ($p<0.05$).</p>	<p>1. Terdapat persamaan bukti efektivitas <i>Audiovisual</i> dalam intervensi kesehatan mental remaja di sekolah (setting: SMP). 2. Metodologi yang digunakan adalah metode pretest posttest mendekati rancangan yang akan disusun.</p>	<p>1. Terdapat perbedaan <i>outcome</i> (depresi & self-harm) bukan <i>self-esteem</i> 2. Desain yang digunakan penelitian ini tanpa kelompok kontrol 3. Intervensi lebih ke pencegahan depresi/self-harm (meskipun mekanisme pengaruh media relevan).</p>

No	Nama, Tahun, Judul Penelitian	Tujuan dan Metode	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
2.	(Grande, <i>et al.</i> , 2023) <i>Efficacy of school-based interventions for mental health in LMICs</i>	<p>Tujuan: Mengidentifikasi intervensi berbasis sekolah apa saja yang telah diuji untuk menangani anak-anak dan remaja di LMIC, dan seberapa efektifnya</p> <p>Metode:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Menggunakan tinjauan sistematis yang mencakup tujuh basis data elektronik. 2. Menggunakan studi acak atau non-acak yang mengevaluasi intervensi berbasis sekolah untuk anak-anak atau remaja berusia 6–18 tahun yang sekolah di negara berpenghasilan menengah dan rendah (<i>LMICs</i>), termasuk Indonesia yang berisiko mengalami masalah kesehatan mental. 	<p>Ditemukan bahwa intervensi berbasis sekolah secara umum efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis, kemampuan sosial, dan beberapa aspek harga diri remaja. Namun, efektivitasnya bervariasi tergantung pada konteks dan metode intervensi.</p>	<p>Terdapat persamaan meneliti intervensi berbasis sekolah yang berfokus pada kesehatan mental dan <i>self-esteem</i> remaja.</p>	<p>Studi oleh Grande merupakan tinjauan sistematis yang bersifat luas dan tidak membahas secara spesifik media edukatif seperti <i>Audiovisual “BOO-STEER”</i>. Penelitian ini justru menjadi dasar teoretis bahwa intervensi sederhana di sekolah, seperti media visual yang dikembangkan peneliti, dan berpotensi efektif di negara berkembang.</p>

No	Nama, Tahun, Judul Penelitian	Tujuan dan Metode	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
3.	(Sarfika, Saifudin, <i>et al.</i> , 2023) Hubungan Self-Concept dengan Tingkat <i>self-esteem</i> pada Remaja di Wilayah Pesisir Indonesia.	Tujuan: Mengkaji konsep diri dan perbedaannya menurut faktor sosiodemografi pada remaja yang tinggal di wilayah pesisir Indonesia. Metode: 1. Penelitian ini menggunakan metode <i>cross-sectional</i> dengan pendekatan kuantitatif pada remaja di daerah pesisir Indonesia 2. Menggunakan kuesioner Rosenberg <i>self-esteem</i> Scale (RSES) sebagai alat ukur.	Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara konsep diri dan tingkat harga diri remaja. Faktor lingkungan, dukungan sosial, dan pengalaman bullying berpengaruh terhadap pembentukan <i>self-esteem</i> .	Persamaan penelitian terdapat tujuan sebagai data <i>baseline self-esteem</i> pada remaja	Penelitian Sarfika dan Saifudin hanya menggambarkan hubungan antar variabel tanpa memberikan intervensi untuk meningkatkan <i>self-esteem</i> . Sementara penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimen satu kelompok pretest dan posttest untuk menilai efektivitas intervensi edukatif visual berbasis <i>Audiovisual "BOO-STEE"</i> di lingkungan sekolah.
4.	(Cherise & Bestari, 2023) <i>Tingkat pengetahuan self-esteem remaja pasca</i>	Tujuan: Mengetahui bagaimana efektivitas pesan tentang <i>self-esteem</i> yang disampaikan melalui Film Imperfect: Karir, Cinta, & Timbangan. Metode: 1. Kuantitatif pre-post / survei sederhana pada penonton film	Menunjukkan peningkatan tingkat pengetahuan tentang <i>self-esteem</i> setelah menonton film (film sebagai media efektif menyampaikan pesan <i>self-acceptance</i>).	Memiliki persamaan bukti empiris bahwa produk <i>Audiovisual</i> dapat meningkatkan pengetahuan kognitif tentang <i>self-esteem</i> .	Memiliki perbedaan: 1. Sampel yang digunakan rentang usia 15–20 dan sampel yang digunakan sedikit 2. Fokus hanya pada pengetahuan (bukan sikap secara eksplisit)

No	Nama, Tahun, Judul Penelitian	Tujuan dan Metode	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
	<i>menonton film Imperfect.</i>	<p>2. Subjek dari penelitian preliminary ini adalah 30 remaja dengan rentang usia 15-20 tahun baik laki-laki maupun perempuan yang telah menyaksikan film Imperfect: Karir, Cinta & Timbangan.</p> <p>3. Menggunakan instrument likert pengukuran pengetahuan.</p>			3. Tidak di setting sekolah formal SMP dengan kelompok intervensi dan kontrol.
5.	(Salsabila, et al., 2022) <i>Tingkat Self-esteem pada Remaja di SMA Kota Banda Aceh.</i>	<p>Tujuan: Mengetahui tingkat <i>self-esteem</i> remaja di salah satu SMA di Kota Banda Aceh.</p> <p>Metode:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Jenis penelitian yang dilakukan adalah deskriptif dengan desain cross-sectional study. 2. Cross-sectional deskriptif (<i>purposive sampling</i>), N=286 3. Instrumen yang digunakan RSES (adaptasi Indonesia). 	Hasil menunjukkan bahwa mayoritas (53,8%) memiliki <i>self-esteem</i> tinggi, menunjukkan variabilitas dan pentingnya intervensi bila ditemukan yang rendah.	Terdapat persamaan yaitu; <ol style="list-style-type: none"> 1. Memberi konteks prevalensi lokal (bagaimana distribusi <i>self-esteem</i> pada remaja di provinsi lain di Indonesia). 	Terdapat perbedaan: <ol style="list-style-type: none"> 1. Penelitian ini bukan intervensi; lokasi SMA (bukan SMP) 2. Tidak menguji media edukasi 3. Tidak menyediakan bukti efektivitas intervensi <i>Audiovisual</i> 4. Instrumen penelitian menggunakan RSES

No	Nama, Tahun, Judul Penelitian	Tujuan dan Metode	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
6.	(Golshiri, <i>et al.</i> , 2023) <i>Problem-solving & assertiveness training improve self-esteem (RCT)</i> .	<p>Tujuan: Mengevaluasi efek pelatihan keterampilan problem-solving dan asertivitas pada peningkatan <i>self-esteem</i> dan kesehatan mental pada siswi SMA di Isfahan.</p> <p>Metode:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. RCT 96 siswa perempuan dibagi ke kelompok intervensi (n = 32) dan kontrol (n = 64) 2. Intervensi: 6 sesi × 90 menit (ceramah, tanya jawab, film, brainstorming, role-play) 3. Alat ukur: Coopersmith <i>Self-esteem</i> Inventory (CSEI) dan General Health Questionnaire (GHQ). 4. Pre-test dan post-test dilakukan 1 bulan setelah intervensi. 	<p>Hasil yang diperoleh adalah intervensi skill training (<i>problem-solving & assertiveness</i>) meningkatkan skor <i>self-esteem</i> dan kesehatan mental dibanding kontrol dengan skor <i>self-esteem</i> di kelompok intervensi meningkat secara signifikan dari 25.2 ± 2.905 menjadi 29.9 ± 4.155 ($p < 0.05$). Skor kesehatan mental (GHQ) juga membaik (menurun artinya stres/kesulitan mental berkurang) dari 27.67 ± 5.42 menjadi 19.033 ± 4.9 ($p < 0.05$).</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Terdapat persamaan seperti target outcome <i>self-esteem</i>. 2. Bukti bahwa program edukatif/skill training dapat meningkatkan <i>self-esteem</i> mendukung premis intervensi edukatif meningkatkan <i>self-esteem</i>. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Terdapat perbedaan metode intervensi yang berbeda yaitu <i>life skills/training</i>, bukan murni <i>Audiovisual</i> dan diskusi 2. Populasi SMA bukan SMP 3. Menggunakan instrumen kuesioner CSEI 4. Hanya mengukur tingkat <i>self-esteem</i> dan tidak mengukur pengetahuan dan sikap mengenai <i>self-esteem</i>.

