

## BAB V PENUTUP

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan terkait “Perbandingan Tingkat *Self Esteem* Pada Remaja Di Yayasan Abdi Karya (Yadika) Jakarta Barat Ditinjau Dari Jenis Kelamin” sebagai berikut:

1. Hasil analisis data memperlihatkan bahwa tingkat *self-esteem* tidak menunjukkan perbedaan yang berarti ketika ditinjau dari jenjang pendidikan (SMP, SMA/SMK). Hal tersebut dibuktikan melalui nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,180 yang melebihi batas kritis 0,05 ( $0,180 > 0,05$ ). Dengan demikian, hipotesis nol ( $H_0$ ) diterima, yang berarti tidak terdapat perbedaan rata-rata tingkat *self-esteem* yang signifikan secara statistik di antara kelompok yang dibandingkan. Nilai F-hitung yang muncul sebesar 1,750, sedangkan F-tabel pada taraf signifikansi 0,05 dengan derajat kebebasan  $df_1 = 2$  (antar kelompok) dan  $df_2 = 91$  (dalam kelompok) tercatat sekitar 3,10. Karena F-hitung lebih rendah daripada F-tabel ( $1,750 < 3,10$ ), maka keputusan yang diambil adalah tetap menerima hipotesis nol ( $H_0$ ) sekaligus menolak hipotesis alternatif ( $H_A$ ). Hal ini menunjukkan bahwa secara statistik tidak terdapat bukti kuat mengenai adanya perbedaan signifikan dalam tingkat *self-esteem* antar kelompok pendidikan. Lebih lanjut, hasil analisis juga memperlihatkan bahwa *self-esteem* remaja tidak menunjukkan variasi signifikan apabila ditinjau dari jenjang pendidikan (SMP maupun SMA/SMK). Hal ini terjadi karena distribusi kategori *self-esteem* pada masing-masing jenjang cenderung terkonsentrasi pada tingkat sedang, bukan pada kategori tinggi ataupun rendah, sehingga tidak memunculkan perbedaan yang berarti antar kelompok pendidikan. Hal tersebut kemungkinan disebabkan oleh pola belajar remaja atau siswa/i pada setiap jenjang pendidikan yang cenderung seragam, akibat adanya pembiasaan dan pembinaan yang relatif sama di lingkungan pendidikan mereka. Meskipun demikian, bukan berarti tidak terdapat perbedaan sama sekali dalam tingkat *self-esteem* antar jenjang. Hanya saja, secara umum, mayoritas siswa berada pada kategori tingkat *self-esteem* sedang. Namun demikian, hasil perbandingan tingkat *self-esteem* berdasarkan jenjang pendidikan menunjukkan pola yang berbeda jika dibandingkan dengan hasil perbandingan berdasarkan jenis kelamin. Perbedaan tersebut dapat dijelaskan lebih lanjut sebagai berikut.
2. Hasil analisis data menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada tingkat *self-esteem* ditinjau dari jenis kelamin, dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000. Nilai ini lebih kecil dibandingkan batas signifikansi 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ), sehingga dapat diartikan bahwa dalam pengelompokan tingkat *self-esteem* terdapat pernyataan yang menegaskan adanya perbedaan nyata berdasarkan jenis kelamin

remaja. Selain itu, hasil uji t menunjukkan nilai t-hitung sebesar -5.555, yang lebih besar daripada nilai t-tabel 1,986, dengan perhitungan derajat kebebasan ( $df = n-2$ ), di mana n merupakan jumlah sampel ( $94-2 = 92$ ). Karena t-hitung melampaui t-tabel, maka hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak, sementara hipotesis alternatif ( $H_A$ ) diterima. Temuan ini menegaskan bahwa terdapat perbedaan tingkat *self-esteem* remaja ketika ditinjau dari faktor jenis kelamin. Perbedaan hasil *self-esteem* antara variabel jenjang pendidikan dan jenis kelamin kemungkinan terletak pada aspek cara remaja bergaul dan beradaptasi dengan lingkungan sosial mereka. Faktor-faktor seperti pola pertemanan, rasa keberhargaan diri baik secara internal maupun eksternal, serta dinamika interaksi dengan sesama jenis maupun lawan jenis, berkontribusi dalam membentuk tingkat *self-esteem* seseorang. Dengan kata lain, aspek gender cenderung lebih memengaruhi dimensi emosional dan sosial remaja secara langsung, dibandingkan jenjang pendidikan yang lebih menekankan pada struktur pembelajaran yang relatif seragam.

3. Pengaruh atau dampak dari tingkat *self-esteem* yang tinggi, sedang, maupun rendah juga tampak jelas dalam temuan penelitian ini. *Self-esteem* yang sehat ditandai oleh kondisi yang stabil, umumnya berada pada rentang *self-esteem* tinggi hingga sedang. Rata-rata skor *self-esteem* yang diperoleh adalah 90,93, dengan standar deviasi sebesar 9,18. Berdasarkan pendekatan satu standar deviasi dari nilai rata-rata, maka ditetapkan bahwa kategori *self-esteem* tinggi mencakup skor di atas  $> 100,10$ , sedangkan kategori sedang mencakup skor antara  $81,75 \leq X \leq 100,10$ . Individu dalam kategori ini umumnya menunjukkan kestabilan emosi, merasa dirinya berharga, memiliki rasa percaya diri yang memadai tanpa berlebihan, serta mampu menghadapi tantangan sosial secara adaptif. Sementara itu, *self-esteem* rendah mencakup skor di bawah  $< 81,75$ , yang umumnya mencerminkan kondisi psikologis yang rentan, seperti munculnya rasa cemas yang mengganggu, perasaan tidak berharga, kesulitan mempercayai diri sendiri, hingga kecenderungan untuk menarik diri dari lingkungan sosial.

## B. Saran

### 1. Bagi Peneliti

Peneliti berharap skripsi ini dapat memberikan referensi, motivasi bahkan tambahan pengetahuan mengenai tingkat kategori perbandingan *self esteem* pada remaja, serta memberikan pemahaman kepada peneliti sendiri tentang penerapan teori-teori yang ada. Peneliti menyarankan agar peneliti selanjutnya melakukan penelitian yang sama dengan menggunakan metode yang berbeda dan mengidentifikasi kesamaan hasil dengan data olahan yang sudah tersedia.

### 2. Bagi Siswa/I Yayasan Abdi Karya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan yang konstruktif bagi siswa/i di Yayasan Abdi Karya mengenai pentingnya membangun dan menjaga

*self-esteem* yang sehat. *Self-esteem* yang positif tidak hanya berdampak pada cara individu memandang dirinya sendiri, tetapi juga memengaruhi kualitas interaksi sosial dan kesejahteraan psikologis secara keseluruhan. Individu dengan tingkat *self-esteem* yang baik cenderung lebih mampu mengelola pikiran berlebihan (*overthinking*), lebih mudah berbaur dalam lingkungan sosial, serta lebih bijak dalam menjaga ucapan dan pikiran. Dengan demikian, pola interaksi yang terbangun pun menjadi lebih sehat, produktif, dan saling membangun, baik untuk diri sendiri maupun bagi orang-orang di sekitar. Penanaman nilai harga diri yang positif sejak dini menjadi bekal penting dalam mendukung proses belajar dan perkembangan sosial-emosional siswa secara berkelanjutan.

### **3. Bagi Akademik**

Hasil penelitian ini diharapkan mampu membuka peluang serta memberikan saran bagi mahasiswa maupun akademisi yang ingin melanjutkan studi serupa dengan pendekatan metodologi yang berbeda. Selain variabel yang telah digunakan, peneliti menganjurkan penambahan variabel lain agar hasil yang diperoleh memiliki dampak yang lebih luas dan bermanfaat bagi penelitian selanjutnya. Meski demikian, penelitian ini tentu belum sempurna. Oleh karena itu, peneliti sangat berharap adanya tindak lanjut melalui penelitian berikutnya. Apabila ada yang ingin mengkaji kembali topik serupa atau mengembangkan penelitian ini, sebaiknya dilakukan dengan jumlah sampel yang lebih besar, jangka waktu penelitian yang lebih panjang, serta penggunaan variabel tambahan yang memiliki pengaruh lebih signifikan untuk menyempurnakan hasil kajian.