

SURAT TUGAS

Nomor: 61-R/UNTAR/PENELITIAN/II/2025

Rektor Universitas Tarumanagara, dengan ini menugaskan kepada saudara:

AGUSTINA, M.Psi., Psikolog

Untuk melaksanakan kegiatan penelitian/publikasi ilmiah dengan data sebagai berikut:

Judul : Perbedaan Self-Esteem Pada Mahasiswa Yang Merantau Di Jakarta Ditinjau Dari Jenis Kelamin
Nama Media : Paedagogy (Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi)
Penerbit : Pusat Pengembangan Pendidikan dan Penelitian Indonesia
Volume/Tahun : 4/4/2024
URL Repository : <https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy/article/view/4175>

Demikian Surat Tugas ini dibuat, untuk dilaksanakan dengan sebaik-baiknya dan melaporkan hasil penugasan tersebut kepada Rektor Universitas Tarumanagara

06 Februari 2025

Rektor



Prof. Dr. Amad Sudiro, S.H., M.H., M.Kn., M.M.

Print Security : 49cf064a11f71e0c0b36288313148f8a

Disclaimer: Surat ini dicetak dari Sistem Layanan Informasi Terpadu Universitas Tarumanagara dan dinyatakan sah secara hukum.

Jl. Letjen S. Parman No. 1, Jakarta Barat 11440
P: 021 - 5695 8744 (Humas)
E: humas@untar.ac.id

 Untar Jakarta

 untar.ac.id

Lembaga

- Pembelajaran
- Kemahasiswaan dan Alumni
- Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat
- Penjaminan Mutu dan Sumber Daya
- Sistem Informasi dan Database

Fakultas

- Ekonomi dan Bisnis
- Hukum
- Teknik
- Kedokteran
- Psikologi
- Teknologi Informasi
- Seni Rupa dan Desain
- Ilmu Komunikasi
- Program Pascasarjana



Editorial Team

EDITORIAL BOARD

Journal

PAEDAGOGY (Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi)

Editor in Chief

Dr. Haronsain, M.Pd (Universitas Pendidikan Mandalika)
SINTA ID : 6158243

Journal Editor

Lulu Hamdan Afendi, M.Pd (Universitas Mataram)
SINTA ID : 6083746
Adi Apriadi Adianshu, M.Pd (STKIP Taman Siswa Bima)
SINTA ID : 6076882

Section Editor

Dr. Heger Hariol, M.Pd (STKIP Kusuma Negara)
SINTA ID : 6097851

Copy Editor

Dr. Muhamad Suhardi, M.Pd (Universitas Pendidikan Mandalika)
SINTA ID : 6091495

2024 (0_A2L57NA-PT) x (00 WhatsApp) x View of HUBUNGAN A x SINTA - Science and Tech x SINTA DOSEN x

sinta.kemdikbud.go.id/journals/profile/11662

SINTA Author Subjects Affiliations Sources FAQ WCU Registration Login

Get More with SINTA Insign [Go to insign](#)



PAEDAGOGY : JURNAL ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI
PUSAT PENGEMBANGAN PENDIDIKAN DAN PENELITIAN INDONESIA
P-ISSN : 27973336 E-ISSN : 27973344

0 Impact

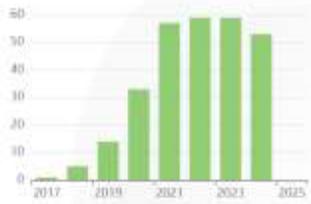
286 Google Citations

Sinta 5 Current Accreditation

[Google Scholar](#) [Garuda](#) [Website](#) [Editor URL](#)

History Accreditation

Citation Per Year By Google Scholar



Year	Citation
2017	5
2018	15
2019	32
2020	55
2021	58
2022	58
2023	52

Jurnal By Google Scholar

All Since 2020

Year	Citation
All	286
Since 2020	279

12:38 10/01/2025



**PERBEDAAN SELF-ESTEEM PADA MAHASISWA YANG MERANTAU DI
JAKARTA DITINJAU DARI JENIS KELAMIN**

RIZKY AMALIA¹, AGUSTINA²

Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara

rizky.705210356@stu.untar.ac.id, agustina@fpsi.untar.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan self-esteem pada mahasiswa yang merantau di Jakarta berdasarkan jenis kelamin. Jenis kelamin sering kali dianggap sebagai faktor yang memengaruhi variabel self-esteem. Namun, hasil dari penelitian sebelumnya menunjukkan temuan yang beragam, sehingga kesenjangan ini penting untuk dibahas lebih lanjut. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan target partisipan yaitu mahasiswa aktif berusia 18-25 tahun yang merantau di Jakarta. Setelah data dikumpulkan melalui penyebaran menggunakan google form, didapatkan sampel berjumlah 171 orang dengan jumlah partisipan perempuan sebanyak 132 orang dan partisipan laki-laki sebanyak 39 orang. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan metode purposive sampling. Hasil analisis menunjukkan bahwa ($p = 0,576 > 0,05$), sehingga hasil temuan dari penelitian ini menyimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada self-esteem mahasiswa yang merantau di Jakarta apabila ditinjau berdasarkan jenis kelamin. Meskipun begitu terdapat sedikit perbedaan pada hasil rata-rata antara mahasiswa laki-laki dengan mahasiswa perempuan, dimana rata-rata mahasiswa laki-laki lebih besar ($M = 3.7333$) dibandingkan rata-rata mahasiswa perempuan ($M = 3,6523$). Namun karena nilai $t = 0,560$, sehingga perbedaan rata-rata tersebut tidak cukup kuat untuk dianggap signifikan.

Kata Kunci : Self-Esteem, Jenis Kelamin, Merantau

ABSTRACT

This study aims to examine the differences in self-esteem among students who have migrated to Jakarta based on gender. Gender is often considered a factor that influences self-esteem. However, previous studies have shown diverse findings, making this gap important to explore further. This research employs a quantitative research method, with the target participants being active students aged 18-25 years who have migrated to Jakarta. After data collection through a Google Form survey, a sample of 171 participants was obtained, consisting of 132 female participants and 39 male participants. Data collection was carried out using purposive sampling. The analysis results showed that ($p = 0.576 > 0.05$), indicating that there is no significant difference in self-esteem among students who have migrated to Jakarta when viewed based on gender. However, there was a slight difference in the mean scores between male and female students, with the average score for male students being higher ($M = 3.7333$) compared to female students ($M = 3.6523$). Nevertheless, due to the t -value of 0.560, this mean difference is not strong enough to be considered statistically significant.

Keywords: Self-Esteem, Gender, Migration

PENDAHULUAN

Pendidikan saat ini menjadi salah satu faktor penting yang harus ditempuh masyarakat Indonesia agar dapat bersaing di era globalisasi saat ini. Pendidikan dapat diperoleh baik secara tidak formal maupun formal seperti di sekolah atau perguruan tinggi (Dinas Pendidikan Kabupaten Mojokerto, n.d.). Perguruan tinggi yaitu suatu tempat yang digunakan untuk menyelenggarakan pendidikan dalam lingkup ilmu tertentu berupa pendidikan ilmiah dan/atau profesional bagi individu yang melanjutkan pendidikannya (Kementerian Pendidikan, Copyright (c) 2025 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi



Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia, n.d., par. 1). Individu yang melanjutkan pendidikannya tersebut ke jenjang perguruan tinggi biasanya disebut sebagai mahasiswa (Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia, n.d., par. 1). Mahasiswa memiliki tuntutan yang perlu dipenuhi, berupa tuntutan perilaku, kognitif, dan afektif yang muncul dari lingkungan (Soledad et al., 2012 dalam Rahmadani & Rahmawati, 2020). Tuntutan yang ada tersebut juga disertai dengan berbagai tantangan, seperti tantangan dalam hal mengelola waktu antara kehidupan akademik dan sosial yang sering sekali menjadi hambatan bagi mahasiswa (Rahmadani & Rahmawati, 2020). Tuntutan dan tantangan tersebut menjadi terasa lebih sulit bagi mahasiswa yang merantau, dikarenakan mereka tentunya harus menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru, serta beradaptasi dengan ketidakhadiran orang tua seperti biasanya (Hurlock, 1999; Hediati et al, 2019 dalam Paramitadewi & Simarmata, 2024).

Menurut Lingga dan Tuapattinaja (dalam Prasetio et al., 2020) mahasiswa rantau merupakan individu yang menetap di daerah lain yang bukan tempat asalnya demi melanjutkan pendidikan ke jenjang perguruan tinggi sebagai usaha dalam mempersiapkan diri untuk mencapai suatu keahlian tertentu. Merantau sendiri merupakan salah satu fenomena yang sering kali terjadi pada masyarakat yang jauh dari perkotaan di Indonesia. Menurut kamus besar Bahasa Indonesia (KBBI VI Daring, n.d.) merantau memiliki arti berlayar dari suatu negeri ke negeri yang lain untuk mencari sumber penghidupan, ilmu, dan lain sebagainya. Mencari ilmu dengan cara merantau banyak terjadi di kalangan mahasiswa yang berasal dari luar wilayah perkotaan dengan harapan dapat memperoleh pendidikan yang lebih baik, dikarenakan kesenjangan pada kualitas pendidikan di beberapa wilayah yang ada di Indonesia (Wulandini & Rozamuri, 2024). Salah satu daerah perkotaan di Indonesia yaitu Ibukota Jakarta yang juga merupakan wilayah metropolitan (Dinas Lingkungan Hidup DKI Jakarta, n.d.). Sebagai wilayah metropolitan, tentu di Jakarta banyak perguruan tinggi dengan fasilitas yang mumpuni, baik perguruan tinggi negeri maupun perguruan tinggi swasta. Menurut Portal Resmi Provinsi DKI Jakarta pada tahun 2022 jumlah perguruan tinggi di Jakarta mencapai 289 yang terbagi menjadi 4 perguruan tinggi negeri, 272 perguruan tinggi swasta, dan 13 perguruan tinggi kedinasan, yang setiap perguruan tingginya menyediakan beragam jenjang pendidikan mulai dari Diploma Satu (D1), Diploma Dua (D2), Diploma 3 (D3), Diploma 4 (D4), Sarjana 1 (S1), Program Magister (S2), serta program Doktorat (S3). Hal tersebut menjadikan Jakarta sebagai wilayah yang banyak menarik minat masyarakat dari luar daerahnya untuk datang bahkan bermigrasi dengan harapan agar mendapatkan peluang pendidikan dan juga masa depan yang lebih baik (Wulandini & Rozamuri, 2024).

Saat merantau, mahasiswa memerlukan self-esteem yang tinggi untuk menghadapi tuntutan dan tantangan yang ada. Self-esteem membantu mahasiswa dalam mengekspresikan diri, menjalin interaksi sosial, serta mempercepat proses penyesuaian diri di lingkungan baru (Masela, 2023; Salsa et al., 2022). Menurut Coopersmith (1967 dalam Bernadine & Astuti, 2024), self-esteem merupakan evaluasi individu terhadap dirinya sendiri yang mencakup penghargaan terhadap pencapaian, keyakinan diri, dan rasa berharga. Individu dengan self-esteem tinggi merasa mampu berkembang, menghormati dirinya, dan yakin pada kemampuannya. Sebaliknya, self-esteem rendah dapat memicu masalah psikologis, seperti kecemasan berlebihan, perasaan tidak aman, dan rendahnya kepuasan hidup, yang berdampak negatif pada psychological wellbeing (Widad & Arjanggal, 2021; Fachrezy et al., 2022). Self-esteem yang rendah juga membuat individu cenderung menyalahkan keadaan dan merasa sendirian, sehingga menghambat proses penyesuaian diri dan interaksi sosial di lingkungan baru (Steinberg, 2013 dalam Fachrezy et al., 2022). Oleh karena itu, self-esteem yang sehat menjadi faktor penting untuk mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa yang merantau.

Faktor yang seringkali dikaitkan dapat memengaruhi tingkat self-esteem yaitu Jenis kelamin. Tingkat self-esteem pada jenis kelamin identik dengan tingginya self-esteem yang dimiliki oleh laki-laki, dan rendahnya self-esteem yang dimiliki oleh perempuan (Ghufron & Risnawati 2016 dalam Putri et al., 2022). Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh karakteristik dari lingkungan yang dimiliki, keadaan sosial, serta faktor budaya yang ada sehingga mampu memengaruhi kemampuan yang dimiliki oleh mahasiswa tersebut dalam mengembangkan hubungan yang dengan orang lain (Fachrezy et al., 2022). Pernyataan tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Fachrezy et al (2022) yang dimana memiliki hasil bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara self-esteem laki-laki dan perempuan, dengan hasil self-esteem laki-laki yang tinggi dibandingkan perempuan. Namun, pada beberapa studi lainnya ditemukan hasil bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan terhadap self-esteem apabila ditinjau berdasarkan jenis kelamin, seperti pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Yunita et al (2022).

Melihat adanya kesenjangan dalam hasil penelitian sebelumnya mengenai perbedaan self-esteem berdasarkan jenis kelamin, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi apakah terdapat perbedaan tingkat self-esteem antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang merantau di Jakarta, serta untuk mengetahui apakah lingkungan Jakarta, yang merupakan tempat pertemuan berbagai latar belakang budaya, berpengaruh terhadap perbedaan tersebut.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Dengan teknik non-probability sampling dan jenis penelitian purposive sampling. Penelitian ini menggunakan alat ukur yaitu Rosenberg Self-esteem Scale (RSES) untuk mengukur self-esteem yang telah dimodifikasi oleh tim riset Universitas Tarumanagara (Yong & Wijaya, 2023). Dengan pertanyaan sebanyak 20 butir yaitu 10 butir positif dan 10 butir negatif, dan menggunakan skala likert 1 sampai 5. Target partisipan dalam penelitian ini yaitu mahasiswa aktif berusia 18-25 tahun yang merantau di Jakarta. Setelah dilakukan pengambilan data menggunakan google form, didapatkan responden sebanyak 171 responden dengan jumlah laki-laki sebanyak 39 orang dan jumlah perempuan sebanyak 132 orang. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan software Statistical Package for Social Sciences (SPSS) versi 2.5, analisis data yang dilakukan adalah uji normalitas menggunakan One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test dan Independent sample T-test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Uji Reliabilitas dan Validitas

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0,947	20

Item-Total Statistics	
Butir Alat Ukur	Corrected Item-Total Correlation
RS1	0,734
RS2	0,714

RS3	0,633
RS4	0,714
RS5	0,762
RS6	0,674
RS7	0,777
RS8	0,419
RS9	0,690
RS10	0,733
RS11	0,749
RS12	0,440
RS13	0,685
RS14	0,654
RS15	0,726
RS16	0,444
RS17	0,691
RS18	0,753
RS19	0,724
RS20	0,742

Pada uji Reliabilitas alat ukur RSES memiliki *Cronbach's Alpha* sebesar ($\alpha = 0.947$) dengan semua butir yang valid dimana butir memiliki nilai di atas

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

Dimensi	P	Keterangan
Self-esteem	0,104	Berdistribusi Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test dan mendapatkan hasil yaitu pada variabel self-esteem yang memiliki p value = 0,104 > 0,05 dan pada variabel penyesuaian diri yang memiliki p value = 0,456 > 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kedua variabel tersebut berdistribusi secara normal.

Tabel 3. Uji Perbedaan Self-Esteem Berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel	Jenis Kelamin	N	Mean	t	Sig
Self-Esteem	Laki-laki	39	3,7333	0,560	0,576
	Perempuan	132	3,6523		

Berdasarkan tabel uji beda tersebut menggunakan Independent sample T-test didapatkan hasil yaitu $t = 0,56$, $p > 0,05$ yang mengindikasikan perbedaan rata-rata antara laki-laki dan perempuan sangat kecil, serta tidak adanya perbedaan yang signifikan antara variabel self-esteem berdasarkan jenis kelamin.

Menurut Maslow (1954 dalam Alwisol, 2009; Salsa et al., 2022) menyatakan bahwa self-esteem merupakan sebuah kebutuhan yang harus dipenuhi oleh suatu individu agar dapat melanjutkan ke tahap kebutuhan selanjutnya, self-esteem sendiri merupakan perasaan penghargaan yang diberikan oleh diri sendiri dan dari orang lain. Self-esteem yang tinggi akan membuat individu merepresentasikan sikap yang positif saat sedang berinteraksi dengan orang lain, serta merasa mampu untuk terus bangkit dengan cara mengatasi tekanan yang dihadapkan padanya (Srisayekti et al., 2015 dalam Salsa et al., 2022). Dengan demikian, mahasiswa yang merantau memerlukan self-esteem yang tinggi agar dapat menghadapi tuntutan dan tantangan yang dihadapkan padanya, sehingga mereka dapat menyesuaikan diri dengan baik di lingkungan yang baru.

Menurut Ghufron dan Risnawati (2016 dalam Putri et al., 2022) jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi tingkat self-esteem. Jenis kelamin sendiri merupakan sebuah faktor yang membedakan laki-laki dengan perempuan berdasarkan beberapa pendekatan, yaitu genetik, psikologi, sosial, dan budaya dengan sudut pandang yang berakar dari biologi (Wardhaugh, 2006 dalam Azizah et al., 2024). Berbeda halnya dengan gender, menurut Nugroho (2008 dalam Rusni et al., 2015; Jannah & Bramastia, 2021), bukan merupakan kodrat atau ketentuan Tuhan, gender sendiri berkaitan dengan keyakinan tentang bagaimana seharusnya laki-laki dan perempuan berperan dan bertindak, yang dipengaruhi oleh nilai-nilai yang terstruktur serta norma sosial dan budaya di tempat mereka berada.

Dalam tingkatan self-esteem sendiri apabila ditinjau berdasarkan jenis kelamin biasanya identik dengan tingginya self-esteem yang dimiliki oleh laki-laki dan rendahnya tingkat self-esteem yang dimiliki oleh perempuan (Ghufron & Risnawati 2016 dalam Putri et al., 2022). Hal tersebut dikarenakan menurut Azizah et al (2024) laki-laki cenderung memiliki sifat independen dan tidak mudah terpengaruh yang membuat self-esteem-nya lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan. Sedangkan menurut Coopersmith perempuan cenderung merasa kurang kompeten, kurang percaya pada dirinya sendiri, dan lebih membutuhkan perlindungan dibandingkan laki-laki, hal tersebut mungkin disebabkan karena pola asuh orang tua dan harapan berbeda antara laki-laki dan perempuan yang berkembang di masyarakat (Khairunnisa, 2021). Selain itu, rendahnya tingkat self-esteem pada perempuan juga dapat dipengaruhi oleh diskriminasi yang muncul dari lingkungan sosial, di mana perempuan sering kali tidak diperkenankan untuk berpendapat dan menghadapi berbagai tekanan sosial lainnya (Murk, 2013 dalam Azizah et al., 2024).

Berdasarkan hasil uji reliabilitas dan validitas, alat ukur yang digunakan reliabel karena cronbach alpha yang didapat berada di atas 0.06 yaitu $\alpha = 0.947$ dan nilai validitas pada setiap butir berada di atas 0.02. Hasil analisis dari data yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa data yang diperoleh berdistribusi secara normal dengan p value sebesar 0,104 yang dimana nilai ini menunjukkan hasil yang lebih dari 0.05 ($p > 0.05$). Karena data yang diperoleh berdistribusi secara normal, maka dilakukan uji perbedaan dengan menggunakan Independent Sample T-test. Melalui uji tersebut didapatkan hasil yaitu tidak ada perbedaan yang signifikan pada self-esteem berdasarkan jenis kelamin dengan P value sebesar 0,576, yang berarti bahwa nilai tersebut lebih daripada 0.05 ($p > 0.05$). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yunita et al. (2022), yang menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan dalam tingkat self-esteem berdasarkan jenis kelamin. Meskipun secara rata-rata mahasiswa laki-laki memiliki self-esteem yang sedikit lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa perempuan, perbedaan tersebut tidak cukup signifikan.

Menurut Shanti dan Az Zahra (2022) perbedaan jenis kelamin dapat memengaruhi persepsi individu terhadap dirinya, kemungkinan besar karena stereotip pada masing-masing jenis kelamin atau gender yang ada di masyarakat. Stereotip ini melekat pada laki-laki dan

Copyright (c) 2025 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi



perempuan, dipengaruhi oleh faktor sosial dan budaya, dan dapat berubah seiring waktu tergantung pada faktor-faktor yang ada (Belinda, 2022). Self-esteem dapat berkembang karena dipengaruhi oleh beberapa faktor yang berasal dari eksternal maupun internal. Adapun faktor eksternal tersebut yaitu lingkungan keluarga, kemudian secara bertahap terpengaruh oleh lingkungan pertemanan, dan lingkungan masyarakat di tempat ia memutuskan untuk tinggal nantinya (Yudiono & Sulisty, 2020).

Seperti mahasiswa yang memutuskan untuk merantau di Jakarta, sebagai ibu kota dengan beragam latar belakang budaya, Jakarta mengalami penurunan pada Indeks Ketimpangan Gender (IKG) selama lima tahun terakhir. Penurunan ini menunjukkan bahwa kesetaraan gender di Jakarta semakin meningkat. Berdasarkan hal tersebut, dapat diperkirakan bahwa peningkatan kesetaraan gender di Jakarta berkontribusi terhadap hasil penelitian ini, yang menunjukkan tidak adanya perbedaan signifikan dalam self-esteem antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang merantau di Jakarta (Badan Pusat Statistik, 2023).

Selain itu, terdapat faktor lain yaitu faktor internal seperti konsep diri yang dimana individu dengan konsep diri yang baik akan menganggap dirinya setara dan berharga seperti orang lain sehingga tidak membanding-bandingkan diri secara negatif yang akan memberikan peningkatan pada self-esteem yang dimiliki (Kamila & Mukhlis, 2013 dalam Salsabila et al., 2022). Hal ini bisa saja lebih berpengaruh, mengingat self-esteem merupakan sikap individu yang didasarkan pada persepsi pribadi mengenai bagaimana ia menghargai dan menilai dirinya secara keseluruhan, baik dalam bentuk pandangan positif maupun negatif terhadap dirinya (Rosenberg, 1965 dalam Angelina et al., 2021). Oleh karena itu, faktor yang paling berpengaruh terhadap self-esteem adalah pandangan positif mahasiswa rantau terhadap dirinya sendiri serta pandangan positif dari lingkungan sekitarnya. Namun, pandangan dari lingkungan ini tidak selalu memberikan pengaruh yang signifikan pada dirinya dikarenakan dampaknya bergantung pada bagaimana individu memproses dan menerima pandangan tersebut (Salsabila et al., 2022).

Menurut Simbolon dan Pasaribu (2024) terdapat beberapa cara yang dapat dilakukan oleh individu untuk meningkatkan self-esteem, yaitu (a) Mengenal perasaan dan pemikiran negatif dengan cara melakukan refleksi diri untuk mengetahui penyebab utama dari rendahnya self-esteem; (b) Mengubah pola pikir menjadi lebih positif dengan cara menghentikan keyakinan yang bersifat negatif dan berusaha untuk mengurangi pemikiran yang cenderung meremehkan diri sendiri; (c) Mengembangkan keterampilan sosial dengan cara mulai belajar melakukan komunikasi yang efektif, membangun hubungan sosial yang dapat saling membangun, dan belajar cara mengelola konflik dengan lebih baik; (d) Mencapai tujuan yang diinginkan melalui tujuan-tujuan kecil, hal tersebut dapat memberikan rasa kepuasan dan prestasi pribadi yang dapat memberikan pengaruh positif terhadap persepsi diri sehingga membuat individu merasa lebih kompeten; (e) Menerima segala kekurangan maupun kelebihan yang dimiliki; (f) Merawat diri dengan cara menjaga kesehatan emosional dan fisik seperti melakukan meditasi dan olahraga; (g) Memfokuskan diri kepada tujuan maupun pencapaian pribadi dan berhenti membandingkan diri dengan orang lain, dikarenakan setiap individu memiliki proses perkembangan yang berbeda-beda. Proses tersebut merupakan suatu upaya berkelanjutan yang membutuhkan kesabaran, usaha, dan komitmen yang konsisten untuk mencapai hasil terbaik (Simbolon dan Pasaribu, 2024).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, self-esteem merupakan kebutuhan penting bagi individu, terutama mahasiswa yang merantau, untuk menghadapi tuntutan dan tantangan di lingkungan yang baru. Self-esteem yang tinggi memungkinkan individu merepresentasikan sikap positif, menyesuaikan diri, dan mengatasi tekanan dengan baik.



Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada self-esteem mahasiswa yang merantau di Jakarta apabila ditinjau berdasarkan jenis kelamin. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa self-esteem tidak selalu dipengaruhi oleh jenis kelamin, meskipun stereotip gender dapat memengaruhi persepsi diri individu.

Selain faktor eksternal, seperti lingkungan keluarga, pertemanan, dan masyarakat, self-esteem juga sangat dipengaruhi oleh faktor internal, terutama konsep diri. Individu dengan konsep diri yang baik akan cenderung memiliki pandangan positif terhadap dirinya sendiri, yang menjadi faktor utama dalam membangun self-esteem. Di Jakarta, terdapat peningkatan kesetaraan gender selama lima tahun terakhir, sehingga hal ini bisa saja turut berkontribusi terhadap hasil dari penelitian ini.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa self-esteem mahasiswa rantau dipengaruhi oleh interaksi antara faktor internal dan eksternal, di mana pandangan positif terhadap diri sendiri memainkan peran paling penting. Namun, pengaruh lingkungan bergantung pada bagaimana individu memproses dan menerima pandangan tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Angelina, P. (2021). Gambaran Self-esteem Remaja Perempuan yang Merasa Imperfect Akibat Body Shaming: Jurnal Eksperimentia, 9(2), 94-103. <https://doi.org/10.33508/exp.v9i2.2889>
- Azizah, N., Zulfiani, H., & Husnawati, H. (2024). Harga Diri Ditinjau Dari Dukungan Keluarga dan Jenis Kelamin Pada Siswa MA Hamzanwadi NWDI Pancor. Jurnal Kepemimpinan dan Pengurusan Sekolah, 9 (2), 206-211. <https://doi.org/10.34125/jkps.v9i2.342>
- Badan Pusat Statistik. (2023, 1 Agustus). Ketimpangan gender Jakarta di bawah nasional. Badan Pusat Statistik Provinsi DKI Jakarta. Diakses pada 15 November 2024, dari <https://jakarta.bps.go.id/id/pressrelease/2023/08/01/1089/ketimpangan-gender-jakarta-di-bawah-nasional.html>
- Belinda, SM (2022). Persepsi dan Reaksi Generasi Z terhadap Fenomena Gender Fluid dan Gaya Fesyen Androgini. Linimasa: Jurnal Ilmu Komunikasi, 5 (2), 165-178. <https://doi.org/10.23969/linimasa.v5i2.4569>
- Bernadine, J., & Astuti, N. W. (2024). Hubungan Antara School Well-Being Dan Self-Esteem Dalam Keberhasilan Nilai Belajar Siswa. Jleb: Journal Of Law, Education And Business, 2(1), 648-659. <https://doi.org/10.57235/jleb.v2i1.1955>
- Dinas Lingkungan Hidup Dki Jakarta. (N.D.). Kota Jakarta - Jakarta Berketahanan. Jakarta Berketahanan. Retrieved November 15, 2024, From https://Lingkunganhidup.Jakarta.Go.Id/Jakartaberketahanan/?Page_Id=568
- Dinas Pendidikan Kabupaten Mojokerto. (n.d.). Pentingnya pendidikan bagi masa depan. Dinas Pendidikan Kabupaten Mojokerto. Diakses 15 November 2024, dari <https://dispendik.mojokertokab.go.id/artikel-pentingnya-pendidikan-bagi-masa-depan/>
- Fachrezy, M., Cabacungan, M. A. S., & Kawuryan, F. (2022). Perbedaan Loneliness Dan Self-Esteem Pada Laki-Laki Dan Perempuan Dewasa Muda Pengguna Media Sosial. Jurnal Ilmiah Psikologi Insani, 7(2), 251-266. <https://doi.org/10.24176/perseptual.v7i2.8916>
- Jannah, S., & Bramastia, L. S. (2021). Urgensi pemahaman jenis kelamin dan gender pada anak usia dini. Thufuli: Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam Anak Usia Dini, 3(2), 35-45. <https://doi.org/10.33474/thufuli.v3i2.13788>



- Kbbi VI Daring. (N.D.). Merantau. Retrieved November 15, 2024, From <https://Kbbi.Kemdikbud.Go.Id/Entri/Merantau>
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia. (n.d.). Ma.Ha.Sis.Wa. Badan Pengembangan Dan Pembinaan Bahasa Kbbi Daring Vi Daring. Retrieved November 15, 2024, From <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/mahasiswa>
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia. (n.d.) U.Ni.Ver.Si.Tas. Badan Pengembangan Dan Pembinaan Bahasa Kbbi Daring Vi Daring. Retrieved November 15, 2024, From <https://Kbbi.Kemdikbud.Go.Id/Entri/Mahasiswa>
- Masela, M. S. (2023). Pengaruh Culture Shock Dan Penghargaan Diri (Self Esteem) Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Sumba Di Fakultas Psikologi Universitas Wisnuwardhana Malang. *Psikovidya*, 27(2), 63-70.<https://doi.org/10.37303/psikovidya.v27i2.227>
- Paramitadewi, K. K., & Simarmata, N. (2024). Kesepian Pada Mahasiswa Yang Merantau: Sebuah Kajian Literatur. *Jurnal Riset Kesehatan Modern*, 6(4).<https://doi.org/10.59188/jurnalostech.v1i10.211>
- Prasetio, C. E., Sirait, E. G. N., & Hanafitri, A. (2020). Rumah, Tempat Kembali: Pemaknaan Rumah Pada Mahasiswa Rantau. *Mediapsi*, 6 (2), 132–144.<https://doi.org/10.21776/ub.mps.2020.006.02.7>
- Putri, J. E., Suhaili, N., Marjohan, M., Ifdil, I., & Afdal, A. (2022). Konsep Self Esteem Pada Wanita Dewasa Awal Yang Mengalami Perceraian. *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 8(1), 20-25.<https://doi.org/10.29210/1202221495>
- Rahmadani, A., & Rahmawati, Y. M. (2020). Adaptasi Akademik, Sosial, Personal, Dan Institusional: Studi College Adjustment Terhadap Mahasiswa Tingkat Pertama. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 8(3), 158-166.<https://doi.org/10.29210/145700>
- Salsabila, D. F., Qalbi, A. F. S., Aziz, A. M., Etniko, A., & Rauf, K. N. T. (2022). Perbedaan Self-Esteem Antara Mahasiswa Perguruan Tinggi Negeri Dengan Perguruan Tinggi Swasta. *Journal Of Psychology Students*, 1(1),45-56. <https://doi.org/10.15575/jops.v1i1.17458>
- Shanti, P., Zahra, A., & Chusna, A. (2022). Self esteem dan gratitude sebagai prediktor body image: Studi pada remaja laki-laki di Kota Malang. *Jurnal sains psikologi*, 11(1), 71-85.<http://dx.doi.org/10.17977/um023v11i12022p71-85>
- Simbolon, I., & Pasaribu, A. G. (2024). Pelayanan pastoral konseling dalam pengentasan low self-esteem peserta didik kelas 6 SD Negeri Sipaholon. *Al-Furqan: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya*, 3(4), 2016–2043
- Widad, K. N. N., & Arjanggih, R. (2021). Hubungan Antara Self Esteem Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Unissula. *Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (Kimu) Klaster Humanoira*, 1(1).128-135. <https://jurnal.unissula.ac.id/index.php/kimuhum/article/view/17615>
- Wulandini, E. R., & Rozamuri, A. M. (2024). Pengaruh Peer Social Support, Interpersonal Communication Dan Emotional Intelligence Terhadap Penyesuaian Sosial Mahasiswa Rantau Di Salah Satu Kampus Di Jakarta Selatan. *Jurnal Geoekonomi*, 15(1), 38-51.<https://doi.org/10.36277/geoekonomi.v15i1.416>
- Yong, M., & Wijaya, E. (2023). Hubungan Self-Esteem Dan Fear Of Missing Out (Fomo) Pada Pengguna Instagram. *Multilingual: Journal Of Universal Studies*, 3(1),101-10.<https://doi.org/10.26499/multilingual.v3i1.118>



Yudiono, U., & Sulistyono, S. (2020). Harga diri : faktor-faktor yang mempengaruhinya. *Jurnal Penelitian Dan Evaluasi Pendidikan*, 8(2), 99–105. <https://doi.org/10.30738/wd.v8i2.8736>

Yunita, M. M., Isabel, K., Keziah, B. E., Natasya, M. C., & Wijaya, S. C. (2022). Self-Esteem Dan Kesepian Pada Mahasiswa Selama Masa Pandemi. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 4(2), 114-128. <https://doi.org/10.33024/jpm.v4i2.6126>