

SELF-ESTEEM (HARGA DIRI) DALAM PERSPEKTIF BUDAYA MINANGKABAU

Edil Rohisfi¹

¹. Universitas Negeri Padang, Sumatera Barat, Indonesia

Co Email : erohisfi@gmail.com

ABSTRACT

This article discusses self-esteem (self-esteem) in the perspective of Minangkabau culture using references from relevant literature studies, in its concept self-esteem (self-esteem) is a self-assessment that is made by a person towards himself based on his relationship with other people. Self-assessment or evaluation is influenced by the culture attached to him, as a result of individual interactions with the environment. In Minangkabau society there are several characteristics of self-esteem based on the Minangkabau cultural values that are held or embraced. There are at least four distinctive characteristics of Minangkabau culture, namely matrilineal, Islamic, wandering, and petatah-petitih. In this study, it will be discussed and studied how self-esteem (self-esteem) in the perspective or perspective of Minangkabau culture. The discussion in this literature article includes the notion of self-esteem (self-esteem), the factors that influence self-esteem (self-esteem), Minangkabau culture, Minangkabau cultural values, and self-esteem (self-esteem) in terms of Minangkabau culture.

Keywords : Self-Esteem, Minangkabau, Culture

ABSTRAK

Artikel ini membahas tentang self-esteem (harga diri) dalam perspektif budaya minangkabau menggunakan rujukan dari kajian literatur yang relevan, dalam konsepnya self-esteem (harga diri) merupakan penilaian diri yang dilakukan seseorang terhadap dirinya yang didasarkan pada hubungannya dengan orang lain. Penilaian atau evaluasi terhadap diri dipengaruhi oleh budaya yang melekat pada dirinya, sebagai hasil interaksi individu dengan lingkungan. Pada masyarakat Minangkabau terdapat beberapa karakteristik harga diri berdasarkan dengan nilai-nilai budaya Minangkabau yang dipegang atau dianut. Setidaknya ada empat ciri/karakteristik khas dari budaya Minangkabau yaitu matrilineal, Islam, merantau, serta petatah-petitih. Pada penelitian ini akan dibahas dan dikaji bagaimana self-esteem (harga diri) dalam sudut pandang atau perspektif budaya Minangkabau. Adapun yang menjadi pembahasan dalam artikel literatur ini yaitu meliputi pengertian self-esteem (harga diri), faktor-faktor yang mempengaruhi self-esteem (harga diri), budaya Minangkabau, nilai budaya Minangkabau, dan self-esteem (harga diri) dalam sudut pandang budaya Minangkabau.

Kata Kunci: Harga Diri, Budaya, Minangkabau

PENDAHULUAN

Harga diri (self-esteem) sangatlah penting bagi perkembangan individu, agar menjadi individu yang matang dan dewasa. Harga diri adalah penilaian diri yang dilakukan seorang terhadap dirinya yang didasarkan pada hubungannya dengan orang lain (Ghufron & Risnawita, 2010). Menurut Ghufron & Risnawita (Amalianita, 2021) menyatakan bahwa proses pembentukan harga diri telah dimulai saat bayi merasakan tepukan pertama kali yang diterima orang mengenai kelahirannya. Harga diri yang dimiliki oleh masing-masing individu bervariasi, ada yang rendah dan ada yang tinggi. Harga diri adalah evaluasi terhadap diri baik itu positif atau negatif. Harga diri adalah penilaian diri yang dilakukan seseorang terhadap dirinya yang didasarkan pada hubungannya dengan orang lain.

Penilaian atau evaluasi terhadap diri dipengaruhi oleh budaya yang melekat pada dirinya, sebagai hasil interaksi individu dengan lingkungan (Amalianita, 2021).

Budaya merupakan salah satu unsur dasar dalam kehidupan sosial. Budaya mempunyai peranan penting dalam membentuk pola berpikir dan pola pergaulan dalam masyarakat, yang berarti juga membentuk kepribadian dan pola pikir masyarakat tertentu. Pada masyarakat Minangkabau terdapat beberapa karakteristik harga diri berdasarkan dengan nilai-nilai budaya Minangkabau yang dipegang atau dianut. Masyarakat Minangkabau terkenal dengan empat ciri khas budaya mereka, yaitu; sistem matrilineal, Islam, merantau, dan petatah-petitih (Amalianita, 2021). Ke empat ciri tersebut telah memandu perilaku masyarakat dalam kehidupan sehari-hari.

Pada artikel ini penulis ingin mengkaji, membahas, dan menganalisis self-esteem (harga diri) sudut pandang budaya Minangkabau yang mana pembahasan dan analisis keputusannya meliputi pengertian self-esteem (harga diri), faktor-faktor yang mempengaruhi self-esteem (harga diri) budaya Minangkabau, nilai budaya Minangkabau, dan self-esteem (harga diri) dalam sudut pandang budaya Minangkabau.

METODE

Artikel ini membahas tentang self-esteem (harga diri) dalam perspektif budaya Minangkabau, jenis metode penelitian ini adalah analisis kajian pustaka (literatur research) artikel ini akan memaparkan analisis jurnal ilmiah yang relevan dengan pembahasan yang sudah dipilih, materi pokok dalam analisis kajian literatur ini adalah tentang pengertian self-esteem, faktor-faktor yang mempengaruhi self-esteem, budaya Minangkabau, nilai budaya Minangkabau, dan self-esteem dalam sudut pandang budaya Minangkabau. tahap-tahap digunakan dalam metode penelitian analisis kajian literatur ini adalah (1) menentukan judul artikel, (2) mengumpulkan data awal, (3) tantangan dari topik, (4) mengumpulkan data pendukung, (5) menghasilkan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pengertian *Self-Esteem*

Self-esteem secara sederhana dijelaskan sebagai perasaan yang dimiliki individu terhadap diri mereka (Myers, Willse & Villalba, 2011). Selain itu *self-esteem* (harga diri) merupakan istilah yang digunakan dalam psikologi untuk mencerminkan seseorang dengan dimensi evaluasi yang menyeluruh dari diri. *Self-esteem* (harga diri) dapat diklasifikasikan menurut derajat tinggi dan rendah (Murk, 2006).

Harga diri merupakan hasil 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. Penilaian tersebut terlihat dari penghargaan mereka terhadap keberadaan dan keberartian dirinya sendiri apa adanya (Santrock, 2002). Harga diri dapat positif apabila individu dapat menghargai dirinya sendiri secara baik, tetapi sebaliknya harga diri negatif apabila seseorang tidak dapat menghargai dirinya secara baik. Harga diri dapat berkembang ke arah yang tinggi atau harga diri yang kurang (Walgito, 2005).

Mappiare (2006) menekankan bahwa *self-esteem* mengacu pada anggapan evaluatif seseorang pada dirinya dan penilaian diri sebagai seorang berharga atau bermartabat. *Self-esteem* didefinisikan keseluruhan refleksi atas penghargaan diri individu, meliputi keyakinan diri sebagai pribadi yang baik, yang ditunjukkan dengan perasaan bahagia dan mampu untuk sukses dalam mengubah hidupnya (Hendel, 2006). Berdasarkan pendapat dari para ahli dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* merupakan perasaan yang dimiliki setiap individu berupa anggapan evaluatif seseorang pada dirinya sebagai seseorang yang berharga yang ditunjukkan dengan perasaan bahagia dan mampu untuk sukses dalam mengubah hidupnya.

B. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self-Esteem*

Menurut Afriyati (2012) harga diri atau *self-esteem* itu bersumber dari dua hal, yaitu sebagai berikut:

- 1) Bagaimana individu melihat kemampuan dirinya akan berbagai aspek kehidupan
- 2) Seberapa besar dukungan sosial yang didapatkan dari orang lain. Kemampuan terbagi atas lima domain yaitu, kemampuan di sekolah, penampilan fisik, penerimaan sosial, perilaku, dan atletis.

Selain itu Ghufroon & Risnawita (2010) menjelaskan harga diri memerlukan proses yang dibentuk sejak lahir karena itu dipengaruhi oleh banyak hal sepanjang hidup, baik dari luar individu maupun dari dalam individu itu sendiri. Harga diri dalam perkembangannya terbentuk dari hasil interaksi individu dengan lingkungan dan atas sejumlah penghargaan, penerimaan, dan pengertian orang lain terhadap dirinya. Kemudian Myers, Willse & Villalba (2011) mengungkapkan bahwa *self-esteem* pada remaja juga dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti usia, ras, etnis, pubertas, berat badan, keterlibatan pada aktivitas fisik dan gender.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *self-esteem* seseorang yaitu berupa hal yang ada dari luar individu maupun dari dalam individu itu sendiri. Selain itu usia, ras, etnis juga merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan *self-esteem* seseorang.

C. Budaya Minangkabau

Budaya merupakan salah satu unsur dasar dalam kehidupan sosial. Budaya mempunyai peranan penting dalam membentuk pola berpikir dan pola pergaulan dalam masyarakat, yang berarti juga membentuk kepribadian dan pola pikir masyarakat tertentu. Budaya mencakup perbuatan atau aktivitas sehari-hari yang dilakukan oleh suatu individu maupun masyarakat, pola berpikir mereka, kepercayaan, dan ideologi yang mereka anut. Setiap kelompok masyarakat punya tradisi dan kebudayaan tersendiri, yang tentu saja berbeda satu sama lainnya. Kebudayaan-kebudayaan yang lebih sempurna dari suatu masyarakat yang nantinya akan dapat menjadi sebuah peradaban. Namun, walaupun masing-masing mempunyai keunikan tersendiri, budaya terdiri dari unsur-unsur dan mempunyai fungsi-fungsi tersendiri bagi masyarakatnya.

Masyarakat Minangkabau terkenal dengan tiga ciri khas budaya mereka; sistem matrilineal, Islam, dan merantau serta petatah-petitih. Keempat ciri tersebut telah memandu perilaku masyarakat dalam kehidupan sehari-hari dan akan dibahas secara singkat dalam kaitannya dengan konsep harga diri, makna hidup, dan kesejahteraan subjektif.

1) Matrilineal

Masyarakat Minangkabau menganut sistem matrilineal dalam tatanan kemasyarakatannya. Matrilineal adalah sistem kekeluargaan yang melihat hubungan kekeluargaan melalui garis keturunan wanita (Ibu). Sistem matrilineal mereka laki-laki bahwa keturunan dan identitas keluarga adalah melalui pihak ibu dari keluarga, dan dalam pewarisan diturunkan dari satu generasi ke generasi berikutnya melalui garis perempuan. Dalam keluarga inti itu sendiri, ibu dan anak-anaknya termasuk dalam satu keluarga besar, yaitu keluarga ibu, sedangkan ayah tetap menjadi anggota keluarga ibunya.

Hak perwalian secara adat dari seorang anak bukan terdapat pada ayah kandungnya atau ayah biologisnya, melainkan hak perwalian secara adat dari seorang anak bukan terdapat pada ayah kandungnya atau ayah biologisnya, melainkan perubahan bentuk keluarga luas ke keluarga batih, maka banyak nilai-nilai lain yang berubah. Misalnya pergeseran peran mamak dan ayah. Pada masa sekarang, saudara laki-laki ibu (mamak) tidak lagi mempunyai hak dan kewajiban terhadap anak dari saudara perempuannya (kemenakan). Tanggung jawab terhadap anak sepenuhnya terletak di tangan ayah. Pada masa sekarang, ayah bertindak sebagai ayah biologis dan juga ayah sosial. Pernyataan dalam tulisan Amri Marzali yang mengatakan bapak adalah ayah biologis dari anak-anaknya, sedangkan ayah

sosial dari anak-anak tersebut adalah mamaknya tidak akan ditemukan lagi di lapangan (Marzali, 2000).

2) Islam

Minangkabau identik dengan ajaran Islam sebagaimana tercermin dalam filosofi adat Minangkabau yakni "*Adat Basandi Syarak, Syarak Basandi Kitabullah, Syarak Mangato Adat Mamaka*". Ajaran Islam begitu kental dengan kebudayaan yang dianut oleh masyarakat Minangkabau. Demikian juga halnya dengan konsistensi masyarakat Minangkabau dalam menjalankan serta mematuhi peraturan adatnya. Falsafah budaya Minang dalam *Adat Basandi Sarak, Sarak Basandi Kitabullah* merupakan salah satu filosofi hidup yang dipegang dalam masyarakat Minangkabau, yang menjadikan Islam sebagai landasan utama dalam tata pola perilaku dalam nilai-nilai kehidupan. Dengan kata lain, *Adat Basandi Sarak, Sarak Basandi Kitabullah* merupakan kerangka kehidupan sosial baik horizontal – vertikal maupun horizontal – horizontal (Marzali, 2000).

Adat Basandi Sarak, Sarak Basandi Kitabullah di masyarakat Minang merupakan sebuah identitas, lahir dari sebuah kesadaran sejarah dan pergumulan tentang perjuangan dan hidup. Masuknya agama Islam dan berpadu dengan adat istiadat melahirkan kesepakatan luhur. Bahwa seluruh alam semesta merupakan ciptaan Allah SWT dan menjadi ayat-ayat dengan tanda-tanda kebesaran-Nya, memaknai eksistensi manusia sebagai *khalifatullah* di dunia.

Ketentuan-ketentuan alam dijadikan sebagai dasar untuk menata kehidupan masyarakat Minangkabau, baik secara pribadi, bermasyarakat maupun sebagai pemimpin. Fenomena alam mengajarkan agar setiap perbuatan sesuai dengan hukum yang berlaku dan sesuai dengan nilai dasar kemanusiaan, seperti "*bulek aie dipambuluah dan bulek kato di mufakat*", bulat kata sesuai dengan kesepakatan. Ajaran adat Minangkabau berlandaskan asas filosofi "*Alam Takambang jadi Guru*", suatu konsep alam semesta, merupakan sumber "kebenaran" dan kearifan orang Minangkabau. Alam bukan saja dimaknai sebagai tempat lahir, tumbuh dan mencari kehidupan, lebih dari itu alam juga dimaknai sebagai kosmos yang memiliki makna filosofis (saifullah, 2008).

3) Merantau

Budaya merantau di ranah Minangkabau memiliki arti sebagai proses interaksi masyarakat Minangkabau dengan dunia luar. Merantau dijadikan sebagai ajang untuk belajar tentang kehidupan. Dimana dengan merantau, kematangan seseorang dalam menjalani pahit dan manisnya kehidupan dapat diuji. Merantau dapat meningkatkan martabat seseorang di tengah lingkungan adat (Marzali, 2000).

Budaya merantau di ranah Minangkabau memiliki arti sebagai proses interaksi masyarakat Minangkabau dengan dunia luar. Merantau dijadikan sebagai ajang untuk belajar tentang kehidupan. Dimana dengan merantau, kematangan seseorang dalam menjalani pahit dan manisnya kehidupan dapat diuji. Merantau dapat meningkatkan martabat seseorang di tengah lingkungan adat (Saifullah, 2008). Budaya merantau di Minangkabau ini dipengaruhi oleh pantun Minang yang berbunyi:

Karatau matang di hulu

Babuah babungo balun

Marantau Bujung dahulu

Di rumah baguno balun

Buah karatau tumbuh di hulu

Belum berbuah bahkan berbunga

Pergilah merantau dahulu para pemuda

Karena di kampung belum berguna.

Arti dari pantun tersebut ialah jika di kampung belum bisa berbuat banyak untuk orang banyak, sebaiknya merantau dahulu. Pantun ini menyarankan pemuda-pemudi Minangkabau untuk merantau karena mereka dianggap belum bisa memberi manfaat besar di kampung halaman. Pengertian merantau disini bukan mengusir warganya pergi dari tanah kelahiran, tetapi bertujuan untuk memperluas wawasan seseorang dengan pergi ke tempat yang berlainan. Pergi sementara ini diharapkan dapat memperkuat pemahaman terhadap nilai dan adat Minangkabau dengan perbandingan nilai yang berlaku diluar adatnya, sehingga penghargaan dan kecintaanya pada adat dan budaya sendiri semakin dalam dan berakar.

Dari perspektif budaya, merantau bukanlah semata-mata karena proses pembangunan, tetapi telah mengakar dalam sejarah kehidupan orang Minangkabau. Merantau bagi masyarakat Minangkabau benar-benar telah melembaga sehingga pergi merantau memiliki prestise tersendiri. Filosofi merantau "*dima bumi dipijak disitu langit dijunjung*" di mana bumi diinjak disitu langit dijunjung, yang bermakna penghargaan terhadap nilai-nilai lokal, menjadi kekuatan penyesuaian diri dengan lingkungan baru.

D. Nilai Budaya Minangkabau

Inspirasi masyarakat diungkap melalui pepatah, peptitih, pituah dan mamangan, sesuai dengan pola pikir masyarakat Minangkabau yang bersifat metaforikal. *Petatah petitih*, kadang-kadang disebut sama dengan peribahasa dalam sastra Indonesia lama. Asal kata pepatah adalah tatah, artinya pahatan, patokan atau tuntunan. Jadi *petatah* maksudnya kata-kata yang mengandung pahatan atau patokan hukum (norma) yang menjadi tuntutan bagi kehidupan masyarakat. *Petitih* berasal dari kata titi atau titian (jembatan). Maksudnya kata-kata yang bisa menjadi jembatan atau jalan, yang bisa ditempuh dengan lebih baik untuk menjalani kehidupan sehari-hari. *Petitih* berfungsi untuk menjelaskan *petatah* (saifullah, 2008). Pituah merupakan kalimat yang bermakna sebagai kata berhikmah atau kata mutiara yang diucapkan oleh orang tua atau orang bijaksana. *Mamangan* lazim juga disebut mamang, yaitu ungkapan kalimat yang mengandung pengertian sebagai pegangan hidup, sebagai suruhan, anjuran, dan larangan.

Kelahiran *petatah-petitih* disebabkan oleh kecenderungan watak masyarakat Minangkabau yang lebih banyak menyampaikan sesuatu dalam bentuk sindiran atau tamsilan (analogi). *Petatah-petitih* mengandung pengertian yang luas, dalam, tepat, halus, dan kiasan. Kemampuan seseorang untuk menyampaikan sesuatu dalam bentuk sindiran, dianggap sebagai ciri kebijaksanaan. Demikian juga bagi orang yang menerima, kemampuan memahami sindiran, dianggap juga sebagai ciri kearifan (Marzali, 2000).

E. *Self-Esteem* dalam Sudut Pandang Budaya Minangkabau

Harga diri adalah evaluasi terhadap diri baik itu positif atau negatif. Harga diri adalah penilaian diri yang dilakukan seseorang terhadap dirinya yang didasarkan pada hubungannya dengan orang lain. Harga diri (*self-esteem*) adalah pandangan atau tingkah laku seseorang pada dirinya, baik itu positif ataupun negatif (Byrne & Baron, 2003; Cast & Burke, 2002). Penilaian atau evaluasi terhadap diri dipengaruhi oleh budaya yang melakat pada dirinya, sebagai hasil interaksi individu dengan lingkungan.

Terdapat beberapa karakteristik harga diri masyarakat Minangkabau berdasarkan dengan nilai-nilai budaya Minangkabau yang dipegang atau dianut. Orang Minangkabau dikenal sebagai orang yang rendah hati karena tidak mau menyombongkan diri terlebih dahulu bahwa mereka akan sukses. Banyak pepatah yang mencerminkan kebiasaan ini seperti "*kok bajalan paliharo kaki, kok bakato paliharo lidah*" kalau berjalan pelihara kaki, kalau berkata pelihara lidah artinya berhati-hatilah saat berjalan dan jaga mulut saat berjalan. Pepatah lain mengatakan: "*ambiak ilmu padi, makin barisi makin tunduak*" artinya ambil ilmu padi, semakin berisi semakin merunduk. Pepatah ini adalah dorongan metaforis yang waspada terhadap perilaku dan melarang orang untuk menunjukkan kesombongan dan kebanggaan dalam hidup mereka. Selanjutnya karakteristik yang dimiliki masyarakat Minangkabau pentingnya menjunjung sikap dan perilaku jujur yang tercermin dalam pepatah;

*"putiah kapek dapek diliek,
putiah hati bakadaan,
bajalan dinan luruih
bakato dinan bana"*

Putihnya kapas dapat dilihat
Putihnya hati siapa yang tau
Berjalan di tempat yang lurus
Berkata dengan apa sebenarnya

Artinya keutuhan hati seseorang dapat dilihat dari perbuatannya apakah hatinya bersih atau tidak. Dimana masyarakat Minangkabau dikenal sebagai orang yang sangat memang kejujuran dalam menjalani kehidupannya. Kemudian masyarakat Minangkabau juga diajarkan untuk dapat menerima segala kelebihan dan kekurangan yang ada dalam hidupnya sehingga selalu bisa mengoptimalkan dengan mengembangkan kelebihan yang ada, hal ini tercermin dalam pepatah sebagai berikut:

*"Nan buto pahambuih lasuang
Nan pakak palapeh badia,
Nan lumpuh paunyi rumah
Nan kuaik pambao baban
Nan binguang di suruah-suruah
Nan cadiak lawan berunding
Yang buta peniup lesung
Yang tuli pelepas senapan
Yang lumpuh penghuni rumah
Yang kuat pembawa beban
Yang bodoh di suruh-suruh
Yang pintar sebagai teman berdiskusi*

Pepatah di atas menjelaskan bahwa tidak ada satupun ciptaan Allah yang sia-sia, semua punya manfaat dan tujuan. Meskipun kita memiliki kekurangan, namun Allah menganugerahi kemampuan lain. Artinya setiap manusia memiliki kelebihan dan kelamahannya sendiri. Kemudian dalam budaya Minangkabau untuk diajarkan memiliki sopan santun dalam berkomunikasi kepada orang lain seperti pepatah;

*Anjalai ditangah koto
tumbuhan sarumpun jo langgundi
kok indak pandai bakato-kato bak alu pancukie duri,
tapi kok pandai bakato-kato bak santan jo tangguli"*

Pepatah ini mengajarkan orang Minangkabau untuk memiliki sopan santun dalam berbicara dengan orang lain dengan menghindari menggunakan kata-kata yang menyinggung perasaan lawan bicara, hindari berebutan dalam berbicara dan jangan memotong pembicaraan orang lain, hal ini membuat orang Minangkabau lebih berhati-hati dalam lisan dan tindakan.

KESIMPULAN

Self-esteem merupakan perasaan yang dimiliki setiap individu berupa anggapan evaluatif seseorang pada dirinya sebagai seseorang yang berharga yang ditunjukkan dengan perasaan bahagia dan mampu untuk sukses dalam mengubah hidupnya. Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi self-esteem seseorang yaitu berupa hal yang ada dari luar individu maupun dari dalam individu itu sendiri. Selain itu usia, ras, etnis juga merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan self-esteem seseorang. Terdapat beberapa karakteristik harga diri masyarakat Minangkabau berdasarkan dengan nilai-nilai budaya Minangkabau yang dipegang atau dianut. Orang Minangkabau dikenal sebagai orang yang rendah hati karena tidak mau menyombongkan diri terlebih dahulu bahwa mereka akan sukses. Banyak pepatah yang mencerminkan kebiasaan ini seperti "kok bajalan paliharo kaki, kok bakato paliharo lidah" kalau berjalan pelihara kaki, kalau berkata pelihara lidah artinya berhati-hatilah saat berjalan dan jaga mulut saat berjalan. Pepatah lain mengatakan: "ambiak ilmu padi, makin barisi makin tunduak" artinya ambil ilmu padi, semakin berisi semakin merunduk. Pepatah ini adalah dorongan metaforis yang waspada terhadap perilaku dan melarang orang untuk menunjukkan kesombongan dan kebanggaan dalam hidup mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriyati, V. (2012). Kontribusi self-esteem dan perlakuan orang tua terhadap kematangan arah pilihan karir siswa SMA (Studi deskriptif terhadap siswa SMA Adabiah Padang). Tesis tidak diterbitkan. Padang: Program Studi Bimbingan dan Konseling, Program Pascasarjana Universitas Negeri Padang.
- Amalianita, B. (2021). Kontribusi harga diri dan kebermaknaan hidup terhadap subjective well being remaja yang berlatar belakang etnis minangkabau. Tesis tidak diterbitkan. Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.
- Byrne, D., & Baron, R. A. (2003). Psikologi Sosial Edisi Kesepuluh Jilid 1. Sidoarjo: Erlangga.
- Cast, A. D., & Burke, P. J. (2002). A theory of self-esteem. *Social forces*, 80(3), 1041-1068.
- Hendel, A. (2006). Restoring self-esteem in adolescent males. *Reclaiming Children and Youth*, 15 (3), 175-178.
- Mappiare, A. (2006). Kamus Istilah Konseling dan Terapi. Jakarta: Grafindo Persada.
- Myers, J. E., Willse, J. T., & Villalba, J. A. (2011). Promoting self-esteem in adolescents: The influence of wellness factors. *Journal of Counseling and Development: JCD*, 89(1), 28-36.
- Santrock, J. W. (2007). Remaja (Edisi 11 Jilid 1). Terjemahan oleh Benedictine Widiasinta. Jakarta: Erlangga.