

心理学院青少年自尊影响因素分析 —— University of  
Medan Area

毕业论文

为部分满足获得 University of Medan Area 心理学院学士学位之要求而提交

作者

Faradilla Umaira Malik

18.860.0514



学心理学院

University of Medan Area

棉兰

2019年

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 19/5/26

Access From (repositori.uma.ac.id)19/5/26

## HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG  
MEMPENGARUHI HARGA DIRI REMAJA DI  
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS  
MEDAN AREA

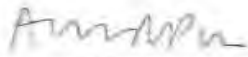
Nama : FARADILLA UMAIRA MALIK

NPM : 18.860.0514

Bagian : PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

## DISETUJUI OLEH KOMISI PEMBIMBING

Pembimbing I



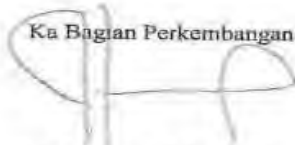
(Hj. Anna Wati Dewi Purba, S.Psi., MSi)

Pembimbing II



(Hairul Anwar Dalimunthe, S.Psi, MSi)

Ka Bagian Perkembangan



(Azhar Aziz, S.Psi, MA)

Dekan



(Prof.Dr. Abdul Munir, M.Pd)

Tanggal Lulus : 11 Oktober 2019

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA**  
**DAN DITERIMA UNTUK MEMENUHI SEBAGIAN**  
**DARI SYARAT-SYARAT GUNA MEMPEROLEH**  
**DERAJAT SARJANA (SI) PSIKOLOGI**

Pada Tanggal  
19 OKTOBER 2019

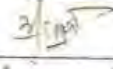
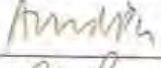
Mengesahkan Fakultas Psikologi  
Universitas Medan Area  
Dekan

  
Prof. Dr. H. Abdul Munir, M.Pd

Dewan Penguji

1. Dra. Mustika Tarigan, M.Psi
2. Andy Chandra, S.Psi, M.Psi
3. Hj. Anna Wati Dewi Purba, S.Psi, MSi
4. Hairul Anwar Dalimunthe, S.Psi, MSi

Tanda Tangan


### HALAMAN PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila di kemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.

Medan, 19 Oktober 2019



Faradilla Umaira M  
18.860.0514

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

---

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Faradilla Umaira M  
NPM : 18.860.0514  
Program Studi : Psikologi Perkembangan  
Fakultas : Psikologi  
Jenis Karya : Skripsi

Demí pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Harga Diri Remaja di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area**

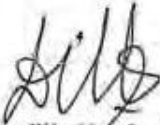
Beserta perangkat yang ada. Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Medan

Pada tanggal : 19 Oktober 2019

Yang Menyatakan

  
(Faradilla Umaira Malik)

## 心理学院青少年自尊影响因素分析 —— University of Medan Area

### 摘要

作者: Faradilla Umaira Malik

18.860.0514

本研究属于定量研究，旨在探讨各因素对青少年自尊的有效贡献。自尊是对自我的一种评价，其反映了个体对自身的接受或拒绝态度，并显示个体在多大程度上相信自己具有能力、重要性、成功性以及价值感。本研究样本为 University of Medan Area 心理学院 2017 级部分青少年学生，共 77 人。样本抽取技术采用简单随机抽样法。本研究数据通过量表方法获得，数据分析采用因素分析法。研究表明，心理因素对自尊的影响为 25%；性别因素对自尊的影响为 25%；家庭环境支持因素对自尊的影响为 26%；而影响最低的是社会环境支持因素，其对自尊的影响为 24%。

**关键词：** 自尊、家庭、社会环境、心理因素。

*Analysis Factors Effecting Adolescent Self-Esteem in the Faculty of  
Psychology, University of Medan Area*

**Abstract**

Oleh : Faradilla Umaira Malik

18. 860. 0514

This research is a quantitative study that aims to see the effective contribution of each factor in adolescent self-esteem is a self-assessment that reflects an attitude of acceptance or rejection and shows how far the individual believes that he is capable, important, successful, and valuable. The sample in this study were some teenagers of the psychology faculty at 2017 in Universitas of Medan Area totaling 77 people. The sampling technique use simple random sampling. Data in this study indicate psychological factors influence on self-esteem by 25%, sex factor influence self-esteem by 25%, the factor of family environmental support influences self-esteem by 26%, while the lowest effect on self-esteem in social environmental support by 24%.

**Keywords :** Self-esteem, Family, Social, and Psychological

## 个人简历

作者于 1988 年 11 月 3 日出生于 Banda Aceh，父亲为 Ir. H. Abdul Malik Ali, M.Si 先生，母亲为 Hj. Fia Eka Agustini, SH 女士。作者是家中两名子女中的长女。

2007 年，作者高中毕业，并于同年注册成为 University of Medan Area 心理学院学生。

在大学学习期间，作者从未担任课程助教。由于在完成研究过程中存在疏忽，作者曾两次经历学号冻结（stambuk pemutihan）。

作者曾进行实地工作实践（PKL, Praktek Kerja Lapangan），地点如下：

- Rumah Sakit Jiwa Pemerintah Kota 精神病医院, Simalingkar (2011 年)
- Pusat Rehabilitasi Narkoba 戒毒康复中心, Sibolangit (2011 年)
- Sekolah Luar Biasa C 特殊教育学校 C, Meulaboh (2011 年)
- PT. Pelindo, Belawan (2014 年)
- Plaza Medan Fair, Medan (2014 年)
- Siantar 茶园 (2017 年)

作者于 2019 年顺利完成研究，并于 2019 年 10 月 11 日获得学术学位。

## 前言

Alhamdulillahirabbil'alamin...

一切赞颂全归于真主安拉 SWT。研究者向真主安拉 SWT 致以无尽的赞美与感恩，感谢祂不断赐予的恩典、慈爱与眷顾，使研究者得以完成题为《心理学院青少年自尊影响因素分析 —— University of Medan Area》的毕业论文研究。同时，研究者也向先知 Muhammad SAW 致以祝福与问候，感谢其成为全人类在追求今世与后世幸福道路上的榜样。

对于研究者而言，能够历经各种困难、考验与磨难并最终完成本论文，是一种无比珍贵的恩赐。这一过程不仅给予研究者宝贵的人生经验，也形成了本论文中所蕴含的知识，希望能够对各方有所裨益。研究者深知，若没有各方的帮助与支持，本论文将无法顺利完成。因此，借此机会，研究者谨以最诚挚的敬意与感谢，向以下人士表达衷心谢意：

1. 我最亲爱的父母——Ir. H. Abdul Malik Ali, M.Si 先生与 Hj. Fia Eka Agustini, SH 女士，感谢你们始终在每一次祈祷中为我祈福，并不断给予我支持，教导我在面对任何事情时都要保持耐心与永不放弃的精神。因此，研究者才能不断前进，克服所有困难与阻碍，并始终怀抱在异乡生活的勇气与热情。
2. Dr. Hj. Fia Dewi Auliani, Mars 女士，作为如母亲般照顾我的人，协助我的祖母 Hj. Safiah Bahrum 女士照顾我直到小学阶段，并始终在顺境与逆境中支持我，使本研究得以完成。
3. Ir. H. Shahtiza Putra Utama 先生及其夫人 Dra. Hj. Tengku Mahzura Nulisa 女士，作为如父母般照顾我的人，将我抚养至初中阶段。感谢你们一直以来给予我的所有关爱，甚至直到今天依然如此。
4. 已故 H. Ali Muhammad 大家庭以及已故 Syachroem Sa' i 大家庭，感谢你们始终给予我支持与祈祷，使本研究得以完成。
5. Yayasan Haji Agus Salim。
6. Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Sc, M.Eng 先生，作为 University of Medan Area 校长。

7. Prof. Dr. H. Abdul Munir, M.Pd 先生，作为 University of Medan Area 心理学院院长。
8. Hairul Anwar Dalimunthe, S.Psi, M.Psi 先生，作为 University of Medan Area 心理学院副院长。
9. Azhar Azis, S.Psi, MA, Psikolog 先生，作为发展心理学领域心理学专业主任。
10. Annawati Dewi Purba, S.Psi, M.Psi, Psikolog 女士，作为第一导师，感谢您给予我的支持、指导、建议、激励以及宽厚帮助，使我能够完成本研究。愿真主安拉 SWT 永远赐予您及家人健康与丰厚的恩赐。
11. Hairul Anwar Dalimunthe, S.Psi, M.Psi, Psikolog 先生，作为我的学业导师兼第二导师，感谢您给予我的支持、指导、建议、激励、耐心与宽厚帮助，使我能够完成本研究。愿真主安拉 SWT 永远赐予您及家人慈悯、财富与健康。
12. Dra. Mustika Tarigan, M.Psi 女士，作为主考官，感谢您对研究者的善意。
13. Andy Chandra, S.Psi, M.Psi, Psikolog 先生，作为答辩秘书，感谢您给予我的建议、指导以及宽厚帮助，使我能够完成本研究。愿真主回报您的善行。
14. University of Medan Area 心理学院全体教师，感谢你们向研究者传授知识与激励；同时也感谢心理学专业行政工作人员在研究者完成学业与论文过程中所给予的帮助。
15. University of Medan Area 心理学院 2018 级 Campus 1 上午班全体同学，虽然无法一一提及姓名，但仍感谢你们在研究与学习期间给予的鼓励与帮助。
16. University of Medan Area 心理学院 2017 级 Campus 1 上午班全体学生，感谢你们参与并抽出时间填写研究问卷。
17. 所有与我同属一位导师指导下的朋友们，虽然无法逐一提及姓名，但衷心感谢你们在完成本论文过程中给予的支持与帮助。

18. 与我共同奋斗完成论文的朋友 Nurhalizah, 感谢你在指导与论文完成过程中给予的支持与帮助。在指导期间经历了许多事情, 但我们始终保持热情, 一同度过困难时期, 并彼此鼓励。
19. 我最好的朋友, 在欢乐与困难时始终陪伴着我, 总是抽出时间陪我完成学业修正工作, 在我教授辅导课程时接送我, 在我需要帮助时总会出现, 无论是精神上还是物质上的支持, 都为了本研究事务能够顺利进行。甚至当我在校园生病时, 也愿意接到宿舍诊所电话后前来接我。许多事情无法在此一一说明。衷心感谢你一直默默在幕后以各种方式帮助我。愿真主安拉 SWT 赐予你今世与后世的幸福、成功以及身心健康。
20. 我的好友 Devinta br Tarigan, S.Psi 与 Siti Maryam Simanjuntak, SE, 感谢你们从大学初期至今给予我的支持与帮助。我无法回报你们给予我的所有善意, 感谢你们在我困难时期帮助我, 始终成为善于倾听、富有耐心并且优秀的朋友。
21. 我的好友 Nella Yunita Ch, Amd 与 Nur Sa' adah, SP, 感谢你们给予我的支持与帮助, 包括建议与鼓励, 使本研究得以完成。我无法回报你们给予我的所有善意, 感谢你们成为我的好朋友。
22. 所有被我视如弟妹的人, 感谢你们抽出时间与精力帮助本研究完成, 也感谢你们愿意协助影印与分发问卷。
23. 借住处中的朋友们, 在研究者电脑出现问题时, 轮流借出自己的笔记本电脑帮助研究顺利进行, 衷心感谢你们。
24. Ali Hakim Simanjuntak, SE 与 Nur Hammy Simanjuntak, 两位是我好友的弟弟妹妹, 感谢你们愿意让我在授课期间借住家中, 并在授课地点靠近你们家时接送我。愿真主安拉 SWT 赐予你们丰厚的恩典与财富。
25. Dr. Hj. Libya Husen, S.Pd 女士, 作为在我父母远离时照顾我的替代母亲, 感谢您给予精神与物质上的支持, 使本研究事务得以顺利完成。
26. 所有帮助研究者完成本论文而无法逐一提及姓名的人士。

研究者已尽最大努力完成本论文, 尽管如此, 研究者仍非常期待来自各方具有建设性的建议与批评, 以完善本论文。最后, 研究者向每位读者致以感谢, 并希望本论文能够对我们所有人有所裨益。

Wassalamualaikum warahmatullahii wabarakaatuh.

Medan, 2019 年 10 月 11 日

Faradilla Umaira M

18. 860. 0514

## 第一章 引言

### A. 问题背景

在整个人生历程中，人类不断经历着变化与发展，青少年时期也不例外。这一阶段常被称为过渡期，在此期间，青少年往往会出现情绪和心理上的不稳定。在这个过渡期，青少年也在寻找作为青少年的自我认同。

青春期是儿童向成年过渡的阶段，在此期间，青少年在生理、生物、心理、情感及社会心理等方面都会发生各种具有重要意义的变化。所有这些变化都可能影响个人生活、家庭环境以及社会环境。

青少年若未能做好应对这些变化的准备，可能会引发各种不良行为，如青少年犯罪、滥用违禁药物、性传播疾病（STD）和艾滋病（HIV/AIDS）、意外怀孕、堕胎等。

尽管目前对青少年的定义仍存在多种解释，例如国家计划生育协调局（BKKBN）将14至20岁的人定义为青少年，但至少我们可以看到将某人视为青少年的标准，其中包括身体、心理和社会层面的发展（Baron, 2004）。

在青少年时期，拥有良好的自尊心至关重要，自尊是青少年生活中最重要的因素。自尊决定了青少年是受到尊重还是被轻视，自尊也能使一个人的生活质量得到提升，甚至可能导致生活进一步恶化。自尊问题对青少年而言至关重要，甚至有时他们不惜一切代价来捍卫自尊。追随同龄人（群体）的诱导，例如吸烟、饮酒、参与斗殴或打架，所有这些行为都是为了维护自尊。

根据Clemes和Bean（1995）的观点，自尊是人际关系、学习、创造力和个人责任感积极发展的基础。自尊（Self-esteem）如同粘合剂，将儿童的个性凝聚成积

极、统一且有效的结构。自尊本身源于一生中积累的思想、情感、感受和经验。

马斯洛（1979）将自尊视为每个人都有的需求，其体验程度从低到高不等。在社会生活中，这种被尊重的需求对个人的行为具有巨大影响，并驱使人们为了获得他人的认可而采取各种行动。

Branden（2001）指出，自尊之所以重要，是因为它是思维过程、情绪水平、决策制定、价值观以及人生目标设定中最重要的个性方面。自尊包含两个组成部分，即对个人能力的感知以及对自我价值的认同。只有当一个人能够接纳真实的自我时，才会真正意识到并珍视自己。

Clark（2002）指出，个体之所以会感到自己受到尊重、有价值、被爱，并成为社会环境的一部分，是因为获得了来自家庭、朋友及社会的支持。

根据桑特罗克（2007）的观点，自尊是个人对自己进行的积极或消极（低或高）评价。这种评价反映了个人如何看待自己，以及其能力与成就是否得到认可。

自尊心高的人会接纳并珍视真实的自己。对自我的高度评价是指对自身状况的肯定，珍视自身的优点和潜力，并接纳现有的不足；而所谓的自我评价低，则是指对自身状况感到不满或不满意，不珍视自身的优点，总是将自己视为一个永远不够好的人。

根据Fenzel（引自Santrock, 2007）的观点，自尊心低落还可能导致抑郁、自杀、神经性厌食症、青少年不良行为及其他适应问题。

青少年正处于成长发育阶段，因此他们需要能够理解并按其期望对待他们的朋友（Santrock, 2007）。

青少年通过父母、兄弟姐妹及其他家庭成员，学习该社会群体所认定的对与错。

通过社会对错误行为的排斥或惩罚，以及对正确行为的接纳或赞赏，孩子获得了

遵循家庭成员所定行为标准所需的动力（Gunarsa, 2010）。

尽管许多因素会影响一个人的自尊，但如果缺乏自我认可的支持，他将难以应对生活。由自我肯定支撑的自尊，能使人充满自信，能够接纳善意的批评，并确信自己有能力应对生活中的问题。实际上，一个人的自尊并非凭空形成。通过生活经历，人们逐渐形成特定的态度、信念、思维方式和行为模式，并将这些内化为积极的习惯。

自尊本身意味着个体对自己的一种评价，这种评价通过可能具有积极或消极性质的态度表现出来。一个人如何评价自己将影响其日常行为。自尊是塑造行为的关键，这种行为将引导一个人走向成功或失败（引自Nurmalasari, 2010）。

积极的青少年自尊会激发自信、自我认同、对自身能力的信心、有价值感，以及对自己在这个世界上的存在感。在社会环境中表现优异的青少年，由于受到更多认可，面对社会环境时会更加自信。相反，自尊心低落的青少年往往会觉得自己无能且毫无价值。

此外，自尊心低落的青少年往往不敢在生活中寻求新挑战，更倾向于面对熟悉的事物，并偏好那些没有过多要求的事物；他们往往对自己所拥有的想法和感受缺乏信心，往往害怕面对他人的反应，无法建立良好的沟通，往往觉得生活不幸福。自尊是支撑一个人面对生活的心理基石。对于青少年而言，拥有良好的自尊同样至关重要。

然而现实情况是，由于青少年所处环境缺乏尊重，导致他们难以建立良好的自尊。我们经常看到青少年因行为“顽劣”或缺乏特定成就，而被家庭、同龄人或学校等环境所轻视。甚至当青少年做出“不当”行为时，会立即受到惩罚，这进一步削弱了他们的自尊心，此类现象在我们周围屡见不鲜。

环境对青少年表现出的态度，无论是有意还是无意，都在塑造着青少年的自尊。标准 由社会环境所决定，若青少年无法达到这种状态，便会被环境所轻视。青少年也会将这种标准内化，从而根据环境设定的标准来评判自己是否有价值。然而，青少年本身在行为上具有独特性，周围的人必须理解这一点，这样青少年在提升自尊时才能获得周围人的支持，不再将环境标准作为衡量自身价值与否的唯一标准。

青少年中还存在另一种现象：由于青少年性格尚不稳定，他们往往低估了自己的兴趣和天赋。这种无力感和无助感也会侵蚀他们的内心，导致自尊心逐渐下降。性格尚不稳定的青少年很容易感到受挫，并卷入那些对自身不利且无法促进其成熟的事件中。当自尊心受到威胁时，他们仍习惯于责怪他人，这种行为十分常见；此外，对被认为不符合自己标准的人缺乏包容，也是导致青少年自尊心低落的重要原因。如今的青少年在日常行为中表达思想和情感方面已非常自由，因此我们经常看到青少年因觉得自己不再有价值而做出鲁莽且危及自身安全的行为，无论这是源于人际关系、家庭还是学校活动。因此，一个心理健康的环境对青少年提升自尊至关重要。

正如Clark（2002）所指出的，获得社会支持的青少年会感到自己被爱、被重视、有价值，并且是社会环境的一部分。这表明社会支持因素在向他人表达关爱、关怀和尊重方面起着重要作用。同龄人的支持源于个体与其社会环境中他人的互动，既可能来自不同年龄段的朋友，也可能来自同龄人。青少年从社会支持中获得的心理和情感上的慰藉，能够保护其免受压力带来的负面影响（Taylor，引自Nurmalasari，2010）。

基于上述论述，可见了解影响青少年自尊的各项因素的贡献度至关重要。积极的

青少年自尊将决定青少年能否充分发挥自身潜能，以促进未来的发展。正是这一点促使研究者选择“影响青少年自尊的因素分析”作为研究课题。

## **B. 问题界定**

自尊是青少年生活中最重要的方面。自尊决定一个人是受到尊重还是被轻视，自尊也能决定一个人生活质量的提升，甚至进一步的下滑。青少年非常需要一种稳定的自尊感。良好的自尊感，其中包括源于他人对其自身及其努力的认可，能使相关青少年充满自信，从而使其迅速成熟（Mappiare引自Sarwono，2011）。青少年的自尊问题至关重要，甚至有时他们不惜一切代价来维护自尊。追随同龄人（群体）的诱导，例如吸烟、饮酒、参与斗殴，或打架，这些都是为了维护自尊。鉴于青少年在任何情况下都必须拥有自尊，因此将自尊作为本研究的变量。

## **C. 研究问题**

基于上述论述，本研究提出的研究问题是：影响青少年自尊的因素有哪些？

## **D. 研究目的**

基于上述论述，本研究旨在了解影响青少年自尊的各项因素所作出的有效贡献。

## **E. 研究意义**

### **1. 理论意义**

从理论上讲，本研究的结果有望丰富心理学研究（特别是发展心理学）的知识储备，并更具体地阐明影响青少年自尊的各因素所作出的有效贡献。

### **2. 实践意义**

本研究的实践意义在于，其成果可作为青少年自我反思的参考，并能为优化各项提升青少年自尊的举措提供依据。

## 第二章 文献综述

### A. 青少年

#### 1. 青少年的定义

青少年是儿童向成年过渡的时期，在此期间，青少年在生理、生物、心理、情感及社会心理等方面都会发生各种具有重要意义的变化。所有这些变化都会影响个人生活、家庭环境以及社会。

若青少年未能做好应对这些变化的准备，可能会引发各种偏差行为，例如：青少年犯罪、滥用违禁药物、性传播疾病（STD）及艾滋病（HIV/AIDS）、意外怀孕、堕胎等。

青春期是一个极其重要、充满危机且极易受影响的阶段，因为如果一个人在青春期经历失败，那么在今后的生命历程中很可能也会遭遇失败。相反，如果青春期充满成功、富有成效且有益的活动，那么这个人在今后的生命历程中很可能也会获得成功。

“青少年”或 “*adolescence*” 一词源自拉丁语 “*adolescere*”，意为“向成熟方向成长”。此处的成熟不仅指生理上的成熟，更主要指社会心理上的成熟。

1947年，世界卫生组织（WHO）给出了涵盖生物学、心理学及社会经济层面的青少年定义。该定义为：

- a. 指从首次出现第二性征起，直至达到性成熟的个体。
- b. 个体经历从儿童到成人的心理发展与身份认同转变。
- c. 从完全的社会经济依赖向更加独立的状态过渡。

从世卫组织的工作领域——健康角度来看，与青少年健康相关的最紧迫问题是过

早怀孕。基于这一核心问题，世卫组织将10至20岁定为青少年的年龄范围。

根据印度尼西亚卫生部（2009年）的定义，青春期是一个持续的成长发育过程，是儿童向青年过渡的阶段。从年龄角度看，青少年可分为 *早期青春*（12-16岁）和 *晚期青春*（17-25岁）。

根据1979年第4号《儿童福利法》，青少年是指未满21周岁且未婚的个人。由此可见，尽管法律不再将16周岁以上（女性）或19周岁以上（男性）的人视为儿童，但他们也尚未被视为完全成年人。

因此，要让他们结婚仍需获得父母的许可。所以，16岁至21岁这一年龄段被视为青少年。

青少年是從童年過渡到成年的階段，有人使用以下術語：*puberty*（英語）、*peberteit*（荷蘭語）、*pubertas*（拉丁語），意指以男性特質和徵兆為基礎的成熟期。也有人使用拉丁语术语 *Adulescentio*，即“青年期”（Hurlock, 2003）。

生长发育是一个从 *胎儿期* 开始并持续到成年的连续过程。在迈向成年的过程中，儿童必须经历包括青春期在内的各个成长发育阶段。青春期是儿童期与成年期之间的过渡阶段，在此期间会出现生长突增（*growth spurt*）、第二性征的出现、生育能力的形成，以及心理和认知方面的变化（Hurlock, 2003）。

青少年必须完成的发育任务之一，就是能够进行更成熟、更理性的思考，并在解决问题时做出更周全的考量。他们必须能够建立道德和认知标准，以此作为指引，并确保在决策和行动中保持一致性。换言之，青少年必须具备成为良好社会成员所需的智力能力和观念。（Sulistyo, 2007）。

总体而言，健康的成长是指青少年在身心方面都保持健康，并避免出现吸毒、犯

罪等社会问题。在性方面，被视为成功的发育包括在亲密关系中建立爱与关怀，同时避免意外怀孕或感染性传播疾病（Nurmalasari, 2010）。

## 2. 专家对青少年的定义

据Siti Sundari所述，青春期是从儿童期向成年期过渡的阶段，在此期间，各个方面/功能都会发生发展，以进入成年期。女性的青春期持续时间为12岁至21岁，男性为13岁至22岁。

根据扎基亚·达拉贾特的观点，“青少年”（adolescence）被定义为儿童期与成年期之间的过渡发展阶段，涵盖生物、认知及社会情感方面的变化。

据赫洛克（Hurlock）所述，青少年一词源自拉丁语“adolescere”，意为成长为成年人；“adolescere”这一术语具有更广泛的含义，涵盖了心理、情感、社会及身体的成熟。

根据卡隆（Calon）的观点，青少年时期明显呈现出过渡性特征，因为青少年尚未获得成年人的地位，也不再具有儿童的身份。

据Sri Rumini所述，青春期的标志在于身体发育，而这一时期的身体发育在人类各发展阶段中堪称最为迅猛。除了生理变化外，青少年还会经历心理上的变化。

青少年时期的心理发展也日益稳固，到青春期末期，其心理已不易受外界影响，并具备了选择和判断的能力。青少年也开始学会对自己、家庭和环境负责。在这个阶段，他们将开始意识到自我，不再愿意被当作孩子对待。

根据桑特洛克（Santrock, 2003）的定义，青春期被视为一种过渡性发展阶段，始于未成年的儿童时期，止于成年期的青春期，涵盖了生理、认知以及社会情感方面的变化。部分心理学家认为，青春期的年龄范围为11至19岁，也有观点认为

应为11至24岁。此外，青春期是儿童期向成年期过渡的阶段，即当个体不再愿意被家庭和社会的环境视为儿童，但从身体成长、心理（精神）及智力发展来看，尚未显现出成熟的迹象。在青春期，个体在生活上经历了许多非常根本的变化，包括身体和心理的变化。

根据Monks等人（1989）的研究，青少年实际上处于一种模糊的定位：他们已不属于儿童群体，却也尚未被完全接纳为成年人。青少年处于儿童与成年人之间，因此这一阶段常被称为

“寻找自我”或“风暴与风暴”的阶段。青少年尚无法完全掌握并充分发挥其生理和心理功能。然而，青少年期是一个充满潜力的发展阶段，无论从认知、情感还是生理方面来看都是如此。

据Y. Singgih D. Gunarso（1998:8）所述，青春期的开始标志着性成熟之前的生理变化。大约与这些生理变化同时，青少年的心理发展过程也将开始，此时他们逐渐摆脱父母的束缚，随后在适应社会的生活方式中显现出人格变化。

### 3. 青少年的特征

青春期会出现一些变化或特征，即：

- 情绪的快速变化。
- 伴随着性成熟的身体快速变化。
- 兴趣爱好及人际关系的转变。
- 价值观的转变，即他们童年时期认为重要的事物，随着接近成年而变得不那么重要。
- 大多数青少年在面对这些变化时会表现出矛盾心理。

#### 4. 青少年成长阶段

青少年成长阶段主要分为以下几个阶段：（a）青春前期（12-13岁），（b）青春前期（14-16岁），（c）青春后期（17-18岁），（d）青年期（19-21岁）

#### 5. 青少年面临的问题

以下是青少年面临问题的几个阶段，包括：（a）对榜样人物的需求（b）冷漠态度（c）焦虑与自尊心不足（d）无法融入（e）无力感（f）对体验的崇拜。

### B. 自尊

#### 1. 自尊的定义

自尊，英文称为*Self Esteem*，存在于每个人身上。自尊是每个人的尊严。例如在工作中，一个人通过工作获得合理的报酬，正是其存在价值的证明。

根据上述定义，可以得出结论：自尊是对自我的评价，它反映了接纳或拒绝的态度，并表明个人在多大程度上相信自己有能力、重要、成功且有价值。

#### 2. 专家对自尊的定义

自尊（自尊）是对自我的评价，它将决定一个人有多喜欢自己（Setiady 等，2015）。而根据Atwater（引自Sarwono，2011）的观点，自尊是指一个人对自己内心的感受，以及他自我尊重和评价的程度。

Clark（2002）指出，个体因获得周围环境的社会支持，会感到自己受到尊重、有价值、被爱，并成为社会环境的一部分。Coopersmith（1998）指出，自尊是个体对自身的评价，通常与自身相关，这种评价反映了接纳或拒绝的态度，并表明个体在多大程度上相信自己有能力、重要、成功且有价值。

Branden（2001）指出，自尊是个人对其自身价值的自我感知，这种感知源于与

环境的互动，具体表现为他人给予的赞赏、接纳及对待方式。

布兰登（2001）指出，自尊之所以重要，是因为它是思维过程、情绪水平、决策制定、价值观认同以及人生目标确立中最重要的个性方面。自尊包含两个组成部分，即对个人能力的感受和对自我价值的感受。只有当一个人能够接纳自我时，才会意识到并珍视自己。Brehm和Kassin（引自Hidayat, 2013）指出，那些自我评价较高的人通常更快乐、更健康、更成功，并且在压力情境中具有更强的适应能力。

### 3. 自尊的重要性

自尊是人生最重要的方面之一。自尊决定了一个人是受到尊重还是被轻视，也决定了生活质量的提升或进一步恶化。对青少年而言，自尊问题至关重要，甚至有时他们不惜一切代价来捍卫自尊。追随同龄人（群体）的诱导，如吸烟、饮酒、参与群殴或私人斗殴，所有这些行为都是为了维护自尊。

Sheaford & Horejski（引自Branden, 2001）也强调了自尊的重要性，指出自尊与一个人对自己内在价值的信念密切相关。不自重或不尊重自己的人会缺乏自信，并因自身种种局限而倍感挣扎，因此他们往往会陷入不当行为，或容易被他人剥削和滥用。此外，文中还解释道，一个人自尊感低落往往源于主观的认知，这种认知并不总是与他人的看法一致。自尊感低落通常源于对自己与他人的不愉快比较。

罗森伯格（引自Hidayat, 2013）也表达了类似的观点，即自尊心高的人会尊重自己，并认为自己是 valuable 的个体。而自尊心低的人 自尊心低的人则无法接纳自己，认为自己毫无用处且一无是处。

因此，自尊良好的人是指那些与自身建立了积极关系、对自身抱有积极情感、并对自身持有良好评价（*自我概念*）的人。正是这种积极的体验和关系过程，进而催生了积极（值得称赞或受人尊敬）的态度和行为。该定义阐明，自尊是一种内在过程，即人们（自觉地）感到有必要以体面的方式维护或尊重自己。这种方式可以表现为做积极的事情，也可以表现为避免消极的事情。通过这种方式，自然会带来一种被称为“尊重”的反馈或回报。

此外，Nurmalasari（2010）进一步阐释，自尊与生活中诸多至关重要的因素相关，包括情绪质量、自我实现以及自信（*self-confidence*）。此外，自尊也与个人生命意义密切相关，这意味着无论身处何种境遇，个人都应始终感受到自身在生命中的价值。

基于对自尊重要性的分析，可以得出结论：自尊对青少年至关重要，因为它能决定青少年在过上有意义的生活时的生活质量。

#### 4. 影响自尊的因素

Sarwono（2011）指出，个体的自尊始终处于发展之中。影响自尊的四个因素是：

##### a. 家庭环境的支持

家庭是抚育和教育青少年的首要环境，也是青少年进行社会化的场所。

公平的对待、给予积极参与的机会以及所接受的教育，都是青少年拥有高自尊的基石。

##### b. 社会环境的支持

个人所处的社会环境对自尊的形成具有重要影响。个体开始意识到，若

在环境中缺乏关爱、遭受侮辱或被同龄人排斥，自尊便会下降。相反，积极的经历、成功、友谊和声望则会提升自尊。

c. 心理因素

青少年的自我接纳将引导他们在步入社会、迈向成年的过程中，能够自主决定人生方向。

d. 性别

性别差异导致男女在思维模式、思考方式和行为方式上存在差异。

根据Branden（2001）的观点，自尊的形成受以下因素影响 以下因素：

a. 父母

父母在儿童自尊心的发展中扮演着重要角色。如果父母真诚且一贯地向孩子表达爱与关怀，孩子就会感到被支持，从而认为自己值得被他人和自己所爱。相反，如果无法从父母那里获得温暖、接纳和爱，孩子就会在成长过程中对是否值得被爱和接纳产生怀疑。如果父母尊重孩子，孩子就会将自己视为一个有价值的个体；但如果父母对孩子的回应仅限于批评、纠正和惩罚，孩子可能会否认自己作为个体的优点，并确信自己理应受到恶劣对待。

b. 手足关系

与手足的关系对儿童自尊心的发展也至关重要。长子若被弟妹们视为领袖，并获得许多担任顾问的机会，便能从这一地位中获得巨大益处，有助于培养健康的自尊心。而幼子可能经历截然相反的情况。姐姐们可能一直将他视为小孩子并如此对待。结果，孩子的自信心和自尊心发展缓慢，甚至难以建立。

### c. 学校

学校在儿童自尊心的发展中扮演着重要角色。其中的关键人物是教师。教师的个人品格、态度、反应和对待方式，对学生心中关于自我的观念形成产生巨大影响。对大多数学生而言，教师是榜样。他们似乎精通许多学科且才华横溢。由于一切都在课堂上进行，教师的态度、反应和对待方式对学生自尊心的培养具有极其深远的影响。经常受到不良对待（如惩罚和训斥）的学生，往往更难建立自信和自尊。相反，因学业、艺术或体育方面的成就而经常受到表扬、获得认可和奖励的学生，往往更容易建立积极的自尊。

### d. 同龄人

在与同龄人的交往中，是否受到钦佩、喜爱或尊重，都会影响儿童自尊心的形成。朋友和熟人的对待方式可能会强化或破坏儿童自尊心的建立。除了朋友和熟人的对待方式外，自尊心还受到儿童将自己与他们进行比较的影响。

### e. 社会

作为社会成员，孩子从小就被要求按照社会中适用的特定方式和标准行事。这些规范成为个人理想的一部分。一个人越能满足这些规范并被社会接纳，其自尊心就越能顺利发展。如果一个人已被社会贴上“负面标签”，那么他很难改变自己低落的自尊心。

### f. 经历

成功与失败的经历自幼年便已开始，并将贯穿一生。失败的经历可能阻碍儿童自尊心的发展。若失败接踵而至，儿童的自尊心便可能崩溃。

Hidayat (2013) 补充指出，有四个因素可以决定青少年的自尊发展，即：

a. 依恋感

青少年在与父母及家人的关系中感受到内心的满足，从而产生依恋感。

b. 独特感

青少年感到自己很特别，当获得他人的赞赏或认可时，他们会珍视那些让自己与众不同的特质。

c. 掌控感

源于拥有资源和能力来影响周围环境的感觉。

d. 榜样

作为实现个人价值观、理想和标准的典范，包括个人的行为、哲学和行动。

根据米切纳和德拉梅特 (Clark, 2002) 的研究，影响自尊的四个因素包括：

- a. 对孩子经历的事件或活动表现出接纳、关爱、关注和参与。
- b. 坚定且一致地对青少年设定明确的界限。
- c. 在界限内给予自由，并尊重主动性。
- d. 采用非强迫性的管教方式（避免给予特殊待遇，并讨论原因而非施加体罚）。

根据 Coopersmith (1998) 的观点，自尊在发展过程中形成于个体与环境的互动，以及他人给予的认可、接纳和理解。基于先前的理论和研究，Coopersmith (1998) 总结出影响自尊发展的四个主要因素，即：

- a. 尊重、接纳以及个体从重要他人那里获得的待遇。重要他人是指对个人而言重要的人

这对个人而言意义重大，因为他们会意识到自己在带来或消除不适、增强或减轻无力感，以及提升或降低自尊心方面的作用。自尊并非与生俱来的因素，而是通过个人与社会环境互动的经验所习得并形成的。在上述互动中，个体将根据他人对自己的反应形成自我评价。家庭是儿童最初的社会环境。父母对子女的行为将塑造孩子的自尊。如果父母与子女之间的关系作为孩子经历的最初人际关系给孩子留下了不良印象，那么这可能会影响其日后的自我评价。因此，父母是儿童自尊发展中的首要重要他人。但儿童的自尊尚未完全形成，仍可能发生变化。当孩子进入青春期中期和后期，尤其是拥有了社交环境（无论是学校还是社会）后，同龄群体的影响开始取代父母，成为影响儿童自尊的关键力量。在此阶段，孩子被要求具备竞争能力和胜任力，以获得同伴的认可，而这种认可也会反过来影响其自我评价。一个感到自己受到尊重、被接纳且受到善待的人，往往会建立高自尊，反之，若被轻视、排斥或遭受恶劣对待，则往往会形成低自尊。

b. 个人曾取得的成就、地位和身份。个人曾取得的成就、地位和身份将基于他人给予的认可，形成对其自身的评价。地位是成功的体现，表现为社会对其的认可与接纳。

c. 价值观与抱负。个体的经历将根据其持有的价值观和抱负进行解读和调整。个体对其各种能力与成就的评价会有所不同。这种差异源于他们从父母及生命中其他重要人物那里内化而来的价值观。处于不同自尊水平的人，在评估自身价值时可能采用相同的标准，但在评价已实现目标的成就时却会有所不同。

d. 个体应对自我的方式。当遭遇他人或环境的贬低性对待时——例如经历失败时——个体可能会淡化、改变或强烈压抑这种感受。个体对失败的解读取决于其应对该情况的方式、目标及抱负。个体应对失败的方式将反映其如何在无力感、无能感、无价值感及道德缺失感中维护自尊。能够克服失败与缺陷的个体，方能保持自尊。

基于上述论述，可以得出结论：影响自尊的因素包括尊重（接纳与对待）、成功经历（个人曾达到的地位和身份）、价值观与抱负、个人自我回应方式、独特感、掌控感、归属感、榜样、个人价值感、个人成就、个人力量、个人表现、展现接纳、践行有限自由、践行自律。

## 5. 自尊的各个方面

Coopersmith（1998）指出自尊有三个方面，即：

### a. 被接纳感

这种感觉表现为觉得自己是群体的一部分，受到重视，并被其他群体成员接纳。

### b. 能力感

这种感觉表现为能够做一些重要事情，因为这将推动进步。

### c. 被需要感

这种感觉表现为感到自己是有价值的、有意义的。

而Buss和Brandon（引自Nurmalasari，2010）提出的自尊的三个方面是：

a. 自信

这一方面包括外貌、能力和力量三个组成部分。

b. 自爱

这一方面包括社会认可、替代资源和道德感三个组成部分。

c. 自我接纳

个人应对生活中问题与挑战的能力。

根据罗宾和谢弗（引自布兰登，2001）的观点，自尊由以下三个方面构成：

a. 他人对自身的接纳

他人（环境）对个人存在的接纳程度，在很大程度上决定了该人的自尊水平。对个人存在的积极接纳，将提升其自我认同。这不仅适用于个人的优点，也适用于其缺点，从而使他感到无论自己处于何种状态，他人（环境）都能坦然接纳。

b. 他人对自己的对待

自尊水平也取决于一个人从环境中获得的对待方式。如果环境将他视为受尊重、受重视或不可或缺的人，其自尊便会高涨；反之，若受到不合理或不礼貌的对待，自尊则会下降。

c. 他人对自己的认可

他人的认可不仅能提升一个人的声望或带来积极影响，还会让他感到自己非常被需要且必须融入环境，因为这能增强他对环境的信任。此外，他人的认可也能强化个体对其辛勤付出成果的自豪感。

Sumarni（引自Hidayat，2013）指出，自尊除了能维护个人尊严外，还包含三个方面，即：

a.      认识自身的优点与缺点

即意识到每个人都有优点和缺点。这使个人能够从自身的缺点中变得更好。

b.      接纳真实的自己

即认识到并接纳真实的自己，无论处于何种境况，都要对自身现状心怀感恩，并意识到世上没有完美的人。

c.      发挥自身优势

这意味着，认识到每个人都有形式各异的优点和缺点。因此，一个自尊心强的人能够将自身的优点转化为值得自豪的潜力，同时不将弱点视为自身的缺陷，而是努力将其最小化，以免对自尊心的发展产生负面影响。这能促使个人不断挖掘和审视自身，以提升自身能力。

根据上述论述，自尊的各个方面包括：被接纳感、能力感、被需要感、自信、自我接纳、自爱、他人对自己的接纳、他人对自己的对待、他人对自己的认可、认识自身的优点和缺点、接纳真实的自己、发挥自身优势。

## 6.      自尊的特征

积极的自尊是指在某种情境下产生“能够完成某事”或“感到满足”的感受。积极自尊的特征（Coopersmith, 1998）如下：（a）独立行动，（b）承担责任，（c）感到自豪，（d）自信，（e）能够妥善应对问题，（f）能够适应环境，（e）性格开朗。

消极的自尊是指因感到无能为力、自卑、自惭形秽、羞愧、自卑、焦虑和懊恼而产生的情绪。自尊心低落的特征（Coopersmith, 1998）如下：

(a)      轻视自己的天赋和兴趣

- (b) 觉得别人不重视自己
- (c) 感到无能为力
- (d) 容忍度低
- (e) 容易生气且无法接受他人的批评
- (f) 因自己的错误而责怪他人。

### C. 影响自尊的因素分析

布兰登（2001）指出，自尊是个人对其自身价值的自我认知，这种认知源于与环境的互动，具体表现为他人对自己的认可、接纳和对待。库珀史密斯（1998）认为，自尊是个体对自身的评价，通常与自身相关，这种评价反映了接纳或拒绝的态度，并表明个人在多大程度上相信自己有能力、重要、成功且有价值。

基于上述众多专家提出的理论综述，自尊受多种因素影响。本研究将分析Coopersmith（1998）提出的因素，即有4个主要因素对自尊的发展产生影响，它们是：

- (a) *尊重、接纳以及个体从重要他人处获得的对待。重要他人是指对个体而言重要且有意义的人，个体意识到他们在给予与消除不适感、增强与减轻无力感，以及提升与削弱自我价值感方面的作用。自尊并非与生俱来的因素，而是通过个体与社会环境互动的经验所习得并形成的。在这些互动中，个体将根据他人给予的反应形成对自身的评价。家庭是儿童最初的社会环境。父母对子女的行为将塑造孩子的自尊。如果亲子关系作为孩子经历的首次人际关系给其留下负面印象，则可能影响其日后的自我评价。因此，父母是儿童自尊发展中的主要重要他人。但儿童的自尊尚未完全形成，仍可能发生变化。当*

孩子进入青春期中期和后期，尤其是拥有了社交环境（无论是学校还是社会）后，同龄群体的影响开始取代父母，成为影响儿童自尊的关键因素。在此阶段，孩子被要求具备竞争能力和胜任力，以获得同伴的认可，而这种认可也会反过来影响其自我评价。一个感到自己受到尊重、被接纳且受到善待的人，往往会形成较高的自尊；反之，一个被轻视、被拒绝且受到恶劣对待的人，往往会形成较低的正尊。

(b) 个人曾取得的成就、地位及所处位置。个人曾取得的成就、地位及所处位置，将基于他人给予的认可，形成对其自身的评价。地位是成功的体现，表现为社会对其的认可与接纳。

(c) 价值观与抱负。个体的经历将根据其持有的价值观和抱负进行解读和调整。个体对其各种能力领域和成就做出不同的评价。这种差异源于他们从父母及生活中其他重要人物那里内化。处于不同自尊水平的人，在评估自身价值时可能采用相同的标准，但在评价已实现目标的成就时则会有所不同。

(d) 个体应对自我的方式。当遭遇他人或环境的贬低性对待时——例如经历失败时——一个体可能会淡化、改变或强烈压抑这种感受。个体对失败的解读取决于其应对该情境的方式、目标及抱负。个体应对失败的方式将反映其如何在无力感、无能感、无价值感及道德缺失感中维护自尊。能够克服失败与缺陷的个体，方能保持自尊。

#### D. 概念框架

基于上述文献综述，本研究构建了如下概念框架：

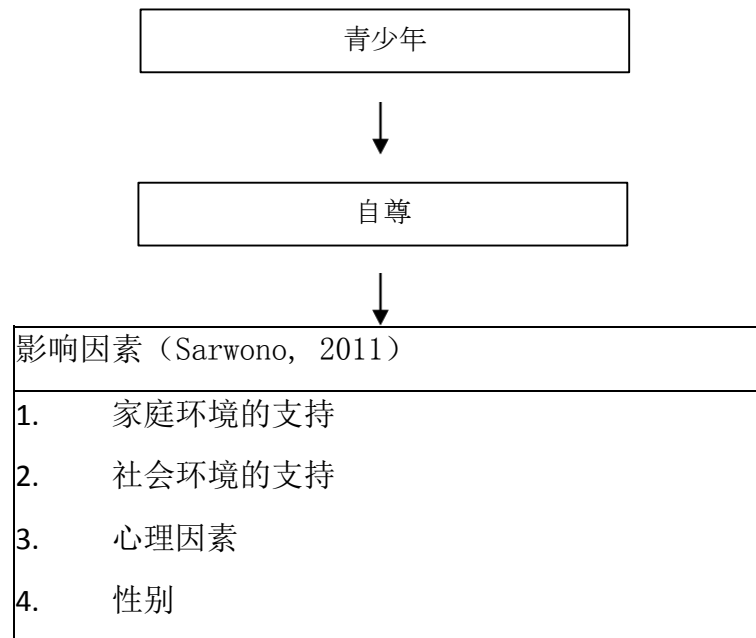


图1：概念框架

### 第三章 研究方法

#### A. 研究类型

本研究属于定量研究，采用描述性模型来考察各因素的贡献（Sugiyono, 2012）。本研究中“因素分析”的目的是考察每个因素对青少年自尊的实际贡献或影响。

#### B. 研究变量的确定

在收集和分析数据之前，必须先确定研究变量。确定研究变量将有助于研究者选择将要使用的数据收集工具和数据分析方法。本研究中使用研究变量仅有一个，即自尊。

#### C. 研究变量的操作定义

为明确研究中各变量的含义，需对所用变量分别提出操作性界定或定义。本研究采用的操作性定义如下。

自尊是指一个人对自己内心的感受，即一个人在多大程度上珍视和评价自己。自尊也是个人对自身的评价，这将决定一个人对自己有多喜欢。自尊受多种因素影响，包括家庭环境因素、社会支持因素、心理因素以及性别因素。

#### D. 总体、样本与抽样方法

##### 1. 总体

研究总体是指作为研究数据来源的个体。Sugiyono（2012）指出，总体是指研究结果拟推广的一组研究对象。根据Sugiyono（2012）的定义，总体是指至少具有

相同性质和特征的全部研究对象。 本研究的总体为2017级梅丹地区大学心理学系的491名青少年。

## 2. 样本

根据Sugiyono（2009）的定义，样本是研究总体中的研究对象或代表。样本规模必须基于特定技术进行计算，以确保从总体中抽取的样本具有可信度。 本研究的样本为梅丹地区大学心理学系的部分青少年，共计77人。假设该样本能够代表现有总体，从而使研究结果具有普适性。

## 3. 抽样技术

抽样技术是指通过研究程序从总体中抽取样本的方法，其样本数量，并充分考虑总体特征与分布情况，从而获得真正能代表总体的样本（Sugiyono, 2009）。

本研究采用Sugiyono（2009）提出的简单随机抽样法，即随机选择样本，该方法下总体中的所有个体在本研究中均拥有被选为样本的同等机会。本研究的样本量为总体数量的5%。

## E. 数据收集方法

研究中的数据收集方法旨在揭示待研究变量的相关事实。本研究的数据通过量表法获取。根据Azwar（2012）的定义，心理量表是一种通过行为指标（这些指标被转化为问题或陈述项目）来测量心理方面或属性的测量工具。

本研究所需数据通过心理量表获取，即用于测量研究对象自尊水平的自尊量表。

根据Azwar（2012）的观点，心理量表具有以下特征：

- a. 刺激物是以问题或陈述的形式呈现的，它们并非直接揭示待测属性，而是揭示相关行为指标和属性。
- b. 一个心理量表仅用于揭示一个。
- c. 受试者的反应不被归类为正确或错误。
- d. 受试者通常意识不到问题或陈述所期望的回答方向，以及其实际上揭示了什么结论。
- e. 心理量表的有效性主要取决于待测心理概念的清晰度及其操作化

在本研究中，评分系统使用了三种量表。

## 1. 自尊量表

该量表旨在测量青少年的自尊。Sarwono（2011）指出，个体的自尊始终处于发展之中。影响自尊的四个因素是：

### a. 家庭环境的支持

家庭是抚养和教育青少年的首要环境，也是青少年进行社会化的场所。公平的对待、给予积极参与的机会以及所接受的教育，都是青少年拥有高自尊的必要条件。

### b. 社会环境的支持

个体所处的社会环境对自尊的形成具有重要影响。个体开始意识到，若在环境中失去关爱、遭受侮辱或被同龄人排斥，自尊便会下降。相反 经历、成功、友谊和声望则会提升自尊。

### c. 心理因素

青少年的自我接纳将引导他们在步入社会、迈向成年的过程中，能够确定人生的其他方向。

### d. 性别

性别差异导致男女在思维模式、思考方式和行为方式上存在差异。

对“有利”项目的评分系统为SS=4、S=3、TS=2、STS=1；而对“不利”项目则相反，即SS=1、S=2、TS=3、STS=4。在自尊量表中得分越高，意味着梅丹地区大学心理学系青少年的自尊水平越高；反之，得分越低，则该校心理学系青少年的自尊水平也越低。

## F. 效度与信度

### 1. 测量工具的有效性

Azwar（2012）将测试效度或测量工具效度定义为：测试在多大程度上测量了其本应测量的内容，即测试的测量功能程度或测试的精确度。为了考察本研究中测量工具的效度，研究者从所测量内容的指向性出发，即内容效度（*content validity*）来分析该测量工具。

内容效度反映了从内容角度来看，项目在多大程度上能够测量其本应测量的内容。测量工具的内容效度是通过在试题审查过程中进行专业判断（*professional judgement*）来确定的，以确保所开发的项目确实能够测量（代表）其本应测量的内容（Azwar, 2012）。

此外，所采用的有效性分析方法是考察“校正项目-总量相关系数”（*Corrected Item-Total Correlation*），即计算得出的 $r$ 值。随后将该 $r$ 值与表中 $r$ 值进行比

较。假设计算得出的 $r$ 值

＞表值 $r$ ，则该项目有效；若计算值 $r$ ＜表值 $r$ ，则该项目无效或被剔除。修正项目-总量相关系数值通过SPSS 18.00 for Windows软件获得。

## 2. 测量工具的信度

信度指测量工具的一致性、稳定性和可靠性。从经验角度来看，信度的高低通过信度系数来体现（Sujarweni, 2014）。原则上，若某测量工具在对同一受试者进行重复测量时，其结果能保持相对一致，则该工具被视为可靠。所谓相对一致，是指在多次测量结果之间仍存在对微小差异的容忍度。若随时间推移差异过大，则测量结果不可信，被视为不可靠。

可靠性由可靠性系数表示，其数值范围在0到1之间。可靠性系数越接近1，表明可靠性越高。相反，系数越接近0，则表明可靠性越低（Azwar, 2012）。所采用的可靠性估计技术是克朗巴赫  $\alpha$  系数法，使用SPSS软件进行计算。

## G. 数据分析

本研究采用相关性统计分析，使用SPSS（社会科学统计软件包）程序。为了解影响青少年自尊的各因素所作出的有效贡献，所采用的数据分析技术是因子分析。

研究者采用因子分析法，因为该方法被认为适用于确定每个因素的有效贡献。

进行因子分析时必须满足的假设包括：正态性检验，用于检验总体样本数据是否服从正态分布（Sujarweni, 2014）。正态性检验通过SPSS（Statistical Package for Social Science）软件中的柯尔莫哥洛夫-斯米尔诺夫检验统计量进行。

## 第五章 结论与建议

### A. 结论

基于前几章所述的研究结果，笔者总结如下：

1. 根据对梅丹地区大学青少年自尊因素的分析结果，家庭环境支持因素对自尊的影响贡献率为0.909或26%，社会环境支持因素对自尊的影响贡献率为0.852，即24%；心理因素对自尊的影响贡献率为0.900，即25%；性别因素对自尊的影响贡献率为0.894，即25%。
2. 研究结果表明，对自尊影响最大或贡献最高的因素是家庭环境支持因素，其贡献率为0.909或26%，而对自尊影响最小的是社会环境支持因素，其贡献率为0.852或24%。

### B. 建议

基于上述研究结果及研究启示，建议：

#### 1. 针对青少年

建议青少年能够认识到自己的价值，并有权获得积极的关注，以此提升自尊，同时也能尊重其他青少年。

#### 2. 致家长

建议家长应始终给予青少年激励，并与青少年建立亲密关系，使青少年能够感受到自己始终受到父母的重视。

### 3. 致后续研究者

建议后续研究者深入探讨自尊与自尊相关因素之间的关联，并采用其他研究方法（如相关分析或比较研究）进行深入研究。

## 参考文献

- Azwar, S. 2012. *Penyusunan Skala Psikologi*: Edisi 2. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Baron, R. A & Bryne, D. 2004. *Psikologi Sosial Jilid 1 (penerjemah : Djuwita, R,dkk)*. Jakarta : Erlangga.
- Branden, N. 2001. *Kiat Jitu Meningkatkan Harga Diri*. Jakarta : Delaprasata. Branden, N. 1994. *A. The psychology of self- esteem*. New York : Bantam.
- Chaplin, J. P. 2004. *Kamus Lengkap Psikologi (penerjemah : Kartini)*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Clark, M.A, 2002. *Bagaimana Meningkatkan Harga Diri Remaja* (Terjemahan: Tjandrasa). Jakarta : Bina Rupa Aksara
- Coopersmith, S. 1998. *The Antecedent of Self-esteem*. San Franciszo : W.H. Freeman and Company.
- Gunarsa. 2010. *Psikologi Praktis: Anak Remaja dan Keluarga*. Jakarta: BPK Gunung Mulia
- Gunarsa dan Gunarsa, S.D. 2001. *Psikologi Remaja*. Jakarta: BPK: Gunung Mulia.
- Hidayat, K. 2013. *Pengaruh Harga Diri dan Penalaran Moral Terhadap perilaku Seksual Remaja Berapacaran Di SMK Negeri 5 Samarinda*. Ejournal psikologi. Samarinda: Prodi Psikologi Fisip Universitas Mulawarman.
- Hurlock, E. B. 2003. *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (penerjemah : Wasana, J )*. Jakarta : Erlangga.
- Maslow. 1979. *Dominance Self Esteem*. Brook Cole Publishing Mappiare, A. (1982). *Psikologi remaja*. Surabaya : Usaha Nasional.
- Nurmalasari, Y. 2010. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Harga Diri Pada Remaja Penderita Penyakit Lupus*. Depok. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.
- Papalia D.E., Olds, S.W, & Feldman, R.D. 2009. *Human Development (Perkembangan Manusia edisi 10 buku 2)*. (Penerj. Brian Marwensdy). Jakarta: Salemba Humanika.
- Santrock, J,W. 2007. *Psikologi Perkembangan*. Edisi 1 jilid 1. Jakarta: Erlangga
- Setiady, D.A., Srisayekti, W., & Sanitioso, R.B. 2015. *Harga Diri (Self Esteem) Terancam dan Perilaku Menghindar*. Jurnal Psikologi. Universitas Gajah Mada
- Sugiyono. 2009. *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabet
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta
- Sarwono, S.W. 2011. *Psikologi Remaja*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada. Sujarweni, V.W. 2014. *SPSS Untuk Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka baru