

ABSTRAK

WULAN DWI ISLAMI 1181040128: IMPLEMENTASI NILAI-NILAI QANA'AH DALAM UPAYA MENGATASI *LOW SELF ESTEEM* REMAJA SMAN 1 MUARAGEMBONG DI KABUPATEN BEKASI

Remaja merupakan masa peralihan dari masa anak menuju dewasa. Segala perubahan yang terjadi pada masa pubertas menyebabkan remaja mengkritik dirinya sendiri, seringkali merasa tidak puas dengan diri mereka sendiri dan membandingkan dengan yang lain. Persepsi diri remaja dapat mempengaruhi harga diri mereka. Remaja juga ditandai dengan ambisi yang tinggi dalam menginginkan sesuatu, perasaan sensitif bisa membuat individu merasa negatif terhadap penilaian orang lain, dan merasa tidak berguna jika keinginannya tidak terpenuhi, jika hal tersebut terjadi terus menerus, akan menimbulkan *low self esteem* atau harga diri rendah. Ilmu tasawuf mempunyai arti dan arti penting bagi permasalahan masyarakat modern karena merupakan suatu disiplin ilmu yang selalu bertujuan untuk melakukan penyucian diri untuk membentuk akhlak yang baik salah satunya adalah mengontrol atau mengendalikan ketika keinginan tidak sesuai dengan harapan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *self esteem* remaja SMAN 1 Muaragembong, mengetahui nilai-nilai qana'ah pada remaja SMAN 1 Muaragembong dan mengetahui implementasi nilai-nilai qana'ah dalam upaya mengatasi *low self esteem* pada remaja SMAN 1 Muaragembong. Jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif. Dalam pengumpulan data dilakukan observasi, wawancara dan dokumentasi yang diperoleh langsung dari sumber yang berkaitan. Narasumber terdiri dari enam orang. Lima orang yang merupakan siswa/i SMAN 1 Muaragembong, tiga orang kelas X, satu orang kelas XI dan satu orang siswa kelas XII dan satu orang perwakilan sekolah bagian wakasek humas.

Hasil penelitian dapat dikemukakan bahwa *self esteem* yang dialami oleh lima remaja SMAN 1 Muaragembong beragam, satu orang kategori *self esteem* rendah, dua orang kategori *self esteem* sedang dan dua lainnya *self esteem* kategori tinggi. Untuk nilai-nilai qana'ah pada lima narasumber yaitu, DL dan KF memenuhi semua lima aspek-aspek qana'ah, menghasilkan nilai-nilai qana'ah berupa bersyukur, tidak serakah, sabar, mendapatkan ketenangan dan zuhud. N memenuhi empat dari lima aspek-aspek qana'ah dan menghasilkan nilai-nilai qana'ah berupa bersyukur, tidak serakah, mendapatkan ketenangan dan zuhud. LA memenuhi empat aspek dari lima aspek-aspek qana'ah dan menghasilkan nilai-nilai qana'ah berupa bersyukur, tidak serakah, sabar dan zuhud. SJ memenuhi tiga dari empat aspek-aspek qana'ah dan menghasilkan nilai-nilai qana'ah berupa bersyukur, tidak serakah dan zuhud. Implementasi qana'ah dalam upaya mengatasi *low self esteem* yang dilakukan oleh lima remaja yaitu dengan melakukan aspek-aspek yang ada di qana'ah, seperti DL, KF, N, LA, SJ bersikap rela menerima apa yang ada, memohon kepada Allah Swt., dan tidak tertarik oleh tipu dunia. DL, KF, LA menerima dengan sabar dan ikhlas ketika apa yang diinginkannya tidak sesuai, yang dilakukan DL, KF, N bertawakal kepada Allah dan selalu mendekatkan diri kepada Allah Swt.

Kata kunci: Qana'ah, *Self Esteem*, Remaja