

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Remaja

1. Pengertian Remaja

Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata Latin *adolescere* (kata bendanya *adolescentia* yang berarti remaja) yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”. Istilah *adolescence*, seperti diungkapkan saat ini mempunyai arti yang lebih luas mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik (Hurlock, 1996). *World Health Organization* (dalam Sarwono, 2004) mendefinisikan remaja sebagai fase ketika seorang anak mengalami hal-hal sebagai berikut :

1. Individu berkembang dari sifat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual.
2. Individu mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa.
3. Terjadi peralihan dari ketergantungan sosial ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relatif lebih mandiri.

Menurut Piaget (dalam Hurlock, 1996) bahwa “secara psikologis masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya

dalam masalah hak”. Integrasi dalam masyarakat (dewasa) mempunyai aspek efektif, kurang lebih berhubungan dengan masa puber. Termasuk juga dengan perubahan intelektual yang mencolok. *Tranformasi intelektual* yang khas dari cara berfikir remaja ini memungkinkannya untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dan periode perkembangan ini”.

Papalia (2004) memberikan definisi remaja sebagai masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa yang diawali dengan masa puber, yaitu proses perubahan fisik yang ditandai dengan kematangan seksual, kognisi dan psikososial yang saling berkaitan satu dengan yang lainnya. Secara umum masa remaja dibagi menjadi tiga bagian, yaitu dengan pembagian usia 12-15 tahun adalah masa remaja awal, 15-18 tahun adalah masa remaja pertengahan, 18-21 tahun adalah masa remaja akhir (Monks, 2009).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa remaja adalah suatu masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa yang berlangsung dari usia dua belas tahun sampai dengan delapan belas tahun yang ditandai dengan perubahan fisik, kognisi, kepribadian serta sosial dalam diri individu.

2. Ciri-ciri Masa Remaja

Seperti halnya dengan semua periode yang penting selama rentang kehidupan, masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakannya

dengan periode sebelum dan sesudahnya. Hurlock (2003) menyatakan ciri-ciri remaja tersebut adalah :

a. Masa remaja sebagai periode yang penting.

Disebutkan sebagai periode yang penting karena pada masa remaja terjadi perubahan-perubahan fisik dan psikis yang akan sangat mempengaruhi perkembangan jiwa dan karakter dari remaja tersebut. Perubahan dan perkembangan tersebut menimbulkan perlunya penyesuaian mental dan perlunya membentuk sikap, nilai dan minat baru.

b. Masa remaja sebagai periode peralihan.

Peralihan pola psikologis dan karakter, dari seorang anak-anak, tetapi belum sampai pada tahapan dewasa, maka dalam tahap ini sering terjadi kebingungan dari sang remaja akibat pencarian dan pematangan jati dirinya.

c. Masa remaja sebagai periode perubahan.

Terjadinya masa perubahan yang bersamaan baik fisik, psikis dan perilaku. Perubahan tersebut mempunyai hubungan yang sangat erat. Apabila fisiknya berkembang dengan baik dan pesat, maka perilaku dan psikisnya juga akan mengalami peningkatan, begitu juga sebaliknya.

d. Masa remaja sebagai masa mencari identitas.

Remaja adalah manusia biasa yang merupakan makhluk sosial, maka mereka akan berusaha untuk mencari identitas dirinya, apakah dalam kelompok, lingkungan atau mengidolakan seseorang.

e. Masa remaja adalah usia yang menimbulkan ketakutan.

Terjadinya banyak perubahan terutama dalam bentuk fisik, mengakibatkan mereka “memaksa” untuk dianggap sebagai orang dewasa. Mereka ingin menentukan sendiri apa yang mereka inginkan. Mereka merasa sudah cukup mengetahui tentang kehidupan sehingga mereka tidak membutuhkan adanya bimbingan dari orang tua yang berlebihan.

f. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistik.

Pada masa remaja, mereka memandang, melihat dan memutuskan segala sesuatu berlandaskan pada “kacamata” mereka saja. Mereka sangat sulit menerima informasi dari orang lain, kecuali berasal dari “kelompok” nya. Remaja cenderung memiliki kecerdasan emosi yang rendah, sikap empati mereka juga sangat kecil.

g. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa.

Dengan semakin mendekatnya usia kematangan yang sah, para remaja menjadi gelisah untuk meningkatkan *image* belasan tahun dan untuk memberi kesan mereka sudah hampir dewasa. Mereka akan berusaha menempatkan dirinya sebagai orang dewasa, maka mereka akan mengikuti perilaku keseharian orang dewasa.

Disamping hal tersebut, diketahui bahwa remaja ialah permulaannya ditandai oleh perubahan-perubahan fisik yang mendahului kematangan seksual. Kurang lebih bersamaan dengan perubahan fisik ini, juga akan dimulai proses perkembangan psikis remaja pada waktu mereka melepaskan diri dari ikatan orang tuanya, kemudian terlihat perubahan-

perubahan kepribadian yang terwujud dalam cara hidup untuk menyesuaikan diri dalam masyarakat (Y. Singgih D. Gunarso, 1998:8)

Ciri-Ciri Remaja Menurut Y. Singgih D. Gunarso (1998):

Terdapat beberapa perubahan atau ciri-ciri yang terjadi selama masa remaja yaitu:

1. Peningkatan emosional yang terjadi secara cepat.
2. Perubahan yang cepat secara fisik yang juga disertai dengan kematangan seksual.
3. Perubahan dalam hal yang menarik bagi dirinya dan hubungan dengan orang lain.
4. Perubahan nilai, dimana apa yang mereka anggap penting pada masa kanak-kanak menjadi kurang penting karena sudah mendekati dewasa.
5. Kebanyakan remaja bersikap ambivalen dalam menghadapi perubahan yang terjadi.

Berdasarkan uraian diatas disimpulkan bahwa ciri-ciri remaja adalah masa remaja sebagai periode peralihan, masa remaja sebagai periode perubahan, masa remaja adalah usia yang menimbulkan ketakutan, masa remaja sebagai masa mencari identitas, masa remaja sebagai masa yang tidak realistik, masa remaja sebagai ambang masa dewasa peningkatan emosional yang terjadi secara cepat, perubahan yang cepat secara fisik yang

juga disertai dengan kematangan seksual, perubahan dalam hal yang menarik bagi dirinya dan hubungan dengan orang lain.

1. Tugas Perkembangan Masa Remaja (13 - 18 tahun)

Menurut beberapa ahli tugas – tugas perkembangan pada masa ini dalam Yusuf LN, Syamsu (2006) , adalah :

a) Menurut Havighurst (Hurlock, 1990), tugas perkembangan remaja meliputi:

1. Mencapai pola hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya yang berbeda jenis kelamin sesuai dengan keyakinan dan etika moral yang berlaku di masyarakat.
2. Mencapai peranan sosial sesuai dengan jenis kelamin, selaras dengan tuntutan sosial dan kultural masyarakatnya.
3. Menerima kesatuan organ-organ tubuh/ keadaan fisiknya sebagai pria/wanita dan menggunakannya secara efektif sesuai dengan kodratnya masing-masing.
4. Menerima dan mencapai tingkah laku sosial tertentu yang bertanggung jawab di tengah-tengah masyarakatnya.
5. Mencapai kebebasan emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya dan mulai menjadi “diri sendiri”.
6. Mempersiapkan diri untuk mencapai karir (jabatan dan profesi) tertentu dalam bidang kehidupan ekonomi.

7. Mempersiapkan diri untuk memasuki dunia perkawinan dan kehidupan berkeluarga.
8. Memperoleh seperangkat nilai dan sistem etika sebagai pedoman bertingkah laku dan mengembangkan ideologi untuk keperluan kehidupan kewarganegaraan.

b) William Kay (1970) tugas perkembangan remaja meliputi:

1. Menerima fisiknya sendiri beriku keragaman kualitasnya.
2. Mencapai kemandirian emosional dari orangtua atau figur – figur yang menjadi otoritas.
3. Mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan belajar bergaul dengan teman sebaya atau orang lain baik secara individual maupun kelompok.
4. Menemukan manusia model untuk dijadikan identitasnya.
5. Menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri.
6. Memperkuat kemampuan mengendalikan diri atas dasar prinsip atau falsafah hidup. Mampu meninggalkan masa kanak – kanaknya.

c) Robert J. Havighurst (1961) tugas perkembangan remaja meliputi

1. Mencapai hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya.
2. Mencapai peranan sosial sebagai pria atau wanita.
3. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakannya secara efektif.
4. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya.
5. Mancapai jaminan kemandirian ekonomi.

6. Memilih dan mempersiapkan karir (pekerjaan).
 7. Belajar merencanakan hidup berkeluarga.
 8. Mengembangkan keterampilan intelektual.
 9. Mencapai tingkah laku yang bertanggung jawab secara sosial.
 10. Memperoleh seperangkat nilai dan sistem etika sebagai petunjuk/-pembimbing dalam bertingkah laku.
 11. Mengamalkan nilai – nilai keimanan dan ketakwaan kepada tuhan dalam kehidupan sehari – hari, baik pribadi maupun sosial.
- d) Charlotte Buhler (1930) tugas perkembangan remaja adalah:
- Belajar melepaskan diri dari persoalan tentang diri sendiri dan lebih mengarahkan minatnya pada lapangan hidup konkret, yang dahulu dikenalnya secara subjektif belaka.
- e) Elizabeth B. Hurlock (1978) tugas perkembangan remaja adalah:
- Belajar menyesuaikan diri terhadap pola – pola hidup baru, belajar untuk memiliki cita-cita yang tinggi, mencari identitas diri dan pada usia kematangannya mulai belajar memantapkan identitas diri.
- f) Erik Erikson (1963) tugas perkembangan remaja adalah:
- Anak mulai memusatkan perhatian pada diri sendiri, mulai menentukan pemilihan tujuan hidup, belajar berdikari, belajar bijaksana.
- Berdasarkan beberapa uraian pendapat para ahli diatas, maka tugas perkembangan remaja adalah mencapai pola hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya yang berbeda jenis kelamin sesuai dengan keyakinan dan etika moral yang berlaku di masyarakat. Mencapai peranan

sosial sesuai dengan jenis kelamin, selaras dengan tuntutan sosial dan kultural masyarakatnya. Belajar melepaskan diri dari persoalan tentang dirisendiri dan lebih mengarahkan minatnya pada lapangan hidup konkret, yang dahulu dikenalnya secara subjektif belaka. Anak mulai memusatkan perhatian pada diri sendiri, mulai menentukan pemilihan tujuan hidup, belajar berdikari, belajar bijaksana.

B. Harga Diri

1. Pengertian Harga diri

Harga diri dapat diartikan sebagai dimensi evaluatif yang menyeluruh dari seseorang, dapat pula diartikan sebagai rasa percaya diri, harga diri maupun gambaran diri (Santrock, 1998). Coopersmith (1967) menyatakan bahwa harga diri merupakan evaluasi yang dibuat oleh individu mengenai hal-hal yang berkaitan dengan dirinya yang diekspresikan melalui suatu bentuk penilaian setuju dan menunjukkan tingkat dimana individu meyakini dirinya sebagai individu yang mampu, penting dan berharga. Harga diri seseorang dapat menentukan bagaimana cara seseorang berperilaku di dalam lingkungannya. Peran harga diri dalam menentukan perilaku ini dapat dilihat melalui proses berpikirnya, emosi, nilai, cita-cita, serta tujuan yang hendak dicapai seseorang. Bila seseorang mempunyai harga diri yang tinggi, maka perilakunya akan baik dan melakukan perbuatan yang positif, sedangkan bila harga dirinya rendah, akan tercermin pada perilakunya yang negatif pula.

Definisi lain dari harga diri adalah penilaian tinggi atau rendah terhadap diri sendiri yang menunjukkan sejauh mana individu itu meyakini dirinya sebagai individu yang mampu, penting dan berharga yang berpengaruh dalam perilaku seseorang (Frey & Carlock, 1987). Menurut Bandura (Woolfook, 2009) menjelaskan harga diri dipengaruhi oleh budaya disekitar yang menghargai karakteristik dan kapasitas tertentu dari remaja. Harga diri sering diukur sebagai peringkat dalam dimensi yang berkisar dari negatif sampai positif atau dari rendah sampai tinggi.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa harga diri adalah penilaian individu terhadap dirinya sendiri baik secara positif maupun negatif penilaian tinggi atau rendah yang dibuat individu tentang hal-hal yang berkaitan dengan dirinya yang menunjukkan sejauh mana individu menerima dirinya sebagai individu yang mampu, penting dan berharga.

1. Kategori Harga Diri

Menurut Coopersmith (dalam Susanti, 2007) membagi taraf harga diri dalam tiga kategori, yaitu :

a. Harga diri tinggi

Individu yang harga dirinya tinggi menurut Coopersmith. Harga diri tinggi menurut Coopersmith mempunyai sifat aktif dan agresif, dalam bidang akademis cenderung sukses dan juga dalam hal hubungan sosial. Dalam pergaulan lebih bersifat memimpin, bebas berpendapat, tidak

menghindari perbedaan pendapat, tahan terhadap semua kritikan dan tidak mudah cemas. Individu bergaul dengan baik, adanya sifat optimis yang terbentuk berdasarkan keyakinan dalam dirinya bahwa ia mempunyai kecakapan, kemampuan bergaul dan mempunyai kepribadian yang kuat. Individu jarang terkena gangguan psikosomatik.

b. Harga diri sedang

Individu yang memiliki harga diri sedang menurut Coopersmith mempunyai ciri-ciri sifat dan cara mereka bertindak mempunyai persamaan dengan individu yang mempunyai taraf harga diri tinggi. Perbedaannya hanya terletak pada intensitas keyakinan diri, mereka agak kurang yakin dalam menilai diri pribadinya dan mereka agak tergantung pada penerimaan sosial lingkungan dimana ia berada.

c. Harga diri rendah

Individu yang mempunyai taraf harga diri rendah menurut Coopersmith menunjukkan sifat-sifat keputusasaan, selalu membayangkan kegagalan, selalu dihinggapi depresi dan selalu merasa tidak menarik dan merasa terisolir dalam pergaulannya. Kemauan untuk menghadapi kekurangan dan kelemahan sangat lemah, takut mengutarakan terhadap orang yang berbuat kesalahan, sangat peka terhadap kritik serta tidak merasa bergaul dengan orang lain.

Sementara itu, Clemes, (dalam Susanti, Mukhlis, dan Widiningsih, 2007) membagi taraf harga diri menjadi dua kategori, yaitu :

a . Kategori harga diri tinggi

Menurut Clemes, Bean dan Clark membagi karakteristik harga diri tinggi memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

1. Bertindak mandiri. Individu akan membuat pilihan dan mengambil keputusan tentang masalah seperti pemanfaatan waktu, uang, pekerjaan, dan pakaian.
2. Menerima tanggung jawab. Individu akan bertindak dengan segera dan penuh keyakinan dan kadang-kadang menerima tanggung jawab untuk tugas dan kebutuhan sehari-hari
3. Merasa bangga akan prestasinya. Individu akan menerima pengakuan terhadap prestasi yang dicapainya dengan gembira dan bahkan kadang kadang memuji diri sendiri.
4. Mendekati tantangan baru dengan penuh antusias. Tugas yang belum diketahui, belajar dan melakukan aktifitas baru menarik perhatiannya dan ia mau melibatkan dirinya dengan penuh percaya diri.
5. Menunjukkan sederet perasaan dan sederet emosi yang luas. Individu mampu tertawa, berteriak, menangis, mengungkapkan kasih sayangnya secara spontan dan secara umum mengalami berbagai perasaan emosi tanpa menyadarinya.
6. Mentolerir frustrasi dengan baik. Individu akan mampu menghadapi frustasinya dengan berbagai reaksi seperti

menertawakan diri sendiri, berteriak keras-keras dan sebagainya dan dapat berbicara tentang apa saja yang membuatnya frustrasi.

7. Merasa mampu mempengaruhi orang lain. Ia merasa percaya diri akan kesan yang diperolehnya dan mampu mempengaruhi anggota keluarga, teman bahkan para pemimpin seperti guru, menteri, direktur, dan lain-lain.

Orang yang memiliki tingkat penghargaan diri yang tinggi biasanya memiliki pemahaman yang jelas tentang kualitas personalnya. Mereka menganggap diri mereka baik, punya tujuan yang tepat, menggunakan umpan balik dengan cara memperkaya wawasan, dan menikmati pengalaman-pengalaman positif serta bisa mengatasi situasi sulit.

- b. kategori harga diri rendah.

Menurut Clemes dkk (1995) karakteristik harga diri rendah memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

1. Meremehkan bakatnya sendiri. Individu akan mengatakan, "saya tidak bisa melakukan ini atau itu...Saya tidak tahu bagaimana..., Saya pernah pernah belajar itu."
2. Merasa bahwa orang lain tidak menghargainya. Individu akan merasa tidak yakin atau selalu bersikap negatif terhadap dukungan dan kasih sayang orang tua dan temannya.
3. Merasa tidak berdaya. Kurang percaya diri atau bahkan ketidakberdayaan akan tampak dalam sikap dan tindakan anak remaja.

Individu tidak mampu berusaha keras menghadapi tantangan atau masalah.

4. Mudah dipengaruhi orang lain. Gagasan dan perlakuannya kerap berubah mengikuti orang yang banyak bergaul dengannya, seringkali individu dimanipulasi orang yang berkepribadian kuat.
5. Menunjukkan deretan emosi dan perasaan yang sempit.
6. Remaja dengan harga diri rendah ini sering menunjukkan beberapa emosi yang khas seperti tidak sopan, keras kepala, histeria. Orang tua dapat meramalkan reaksi yang akan diperlihatkan dalam situasi tertentu.
7. Menghindari situasi yang menimbulkan kecemasan. Toleransi yang rendah terhadap stress terutama rasa takut, amarah atau lingkungan yang menimbulkan kecemasan.
8. Menjadi *defensif* dan mudah frustrasi. Individu akan mudah tersinggung, tidak mampu menerima kritik atau perintah yang tidak diduga dan selalu mempunyai dalih mengapa individu tidak dapat melaksanakannya.
9. Menyalahkan orang lain karena kelemahan sendiri. Individu jarang mau mengikuti kesalahan atau kelemahan dan kerap kali menyalahkan orang lain atau keadaan yang tidak menguntungkan sebagai penyebab kesulitannya. Brehm dan Kassin (Lubis, 2009) mengatakan bahwa seseorang yang memiliki harga diri yang tinggi mampu

menghadapi situasi yang penuh dengan tantangan dan situasi yang penuh dengan stress.

Orang yang mempunyai harga diri tinggi menurut Berne dan Savary (Lubis, 2009) adalah orang yang mengenal dirinya sendiri dengan segala keterbatasannya, merasa tidak malu atas keterbatasan yang dimiliki, memandang, keterbatasan dengan suatu realitas dan menjadikan keterbatasan itu sebagai tantangan untuk berkembang. Orang yang memandang rendah dirinya sendiri kurang dapat menerima dirinya sendiri, merasa rendah diri, sering memilih tujuan yang kurang realistis atau bahkan tidak memiliki tujuan yang pasti, cenderung pesimis dalam menghadapi masa depan, mengingat masa lalu secara negatif, berkubang dalam perasaan negatif, punya reaksi emosional dan *behavioral* yang lebih buruk dalam merespon tanggapan negatif dari orang lain, kurang mampu memunculkan *feedback* positif terhadap dirinya sendiri, lebih memerhatikan dampak sosial mereka terhadap orang lain, dan lebih mudah kena depresi atau berpikir terlalu mendalam saat mereka menghadapi stress atau kekalahan, itu mempunyai harga diri yang rendah.

Butler, Hokanson, & Flynn (dalam Lubis, 2009) berpendapat bahwa harga diri yang rendah akan berpengaruh negatif pada individu yang bersangkutan dan mengakibatkan individu tersebut akan menjadi stress dan depresi. Selain itu, menurut Coopersmith (dalam Lubis, 2009) orang yang memiliki harga diri rendah senantiasa mudah mengalami kecemasan, tidak bahagia, selalu putus asa, tidak percaya diri. Lebih dari itu orang yang memiliki penghargaan diri rendah mudah dihindangi rasa takut, seperti perasaan tidak diterima dan selalu

merasa dibenci, selalu merasa gagal, terlalu takut menghadapi kelemahan dan kekurangan dirinya, sangat peka terhadap kritik dan mudah tersinggung, serta cenderung menarik diri dalam pergaulannya.

Berdasarkan uraian diatas kategori harga diri diatas dapat disimpulkan bahwa harga diri tinggi akan merasa dirinya adalah orang yang berharga, puas akan dirinya, dapat menerima kritik,tahu akan keterbatasan dirinya, rendah hati, aktif, mandiri, dan berani mengambil resiko. Harga diri sedang mempunyai persamaan dengan harga diri tinggi, yang membedakan hanya pada intensitas keyakinan diri. Sedangkan harga diri rendah akan menganggap dirinya tidak berharga, mudah tersinggung, tidak yakin akan kemampuan dirinya sendiri, tidak bersemangat, merasa terasing dan mudah menyerah.

3. Faktor – faktor yang Mempengaruhi Harga Diri

Evaluasi anak terhadap diri sendiri merupakan hasil interpretasi subyektif anak terhadap *feed back* yang berarti dalam kehidupan (orang tua,guru, dan teman) dan perbandingan dengan nilai atau standar kelompok atau budaya. Perlakuan dan penilaian orang tua pada masa sebelumnya juga akan mempengaruhi harga diri individu pada masa akhir. Coopersmith mengungkapkan pentingnya peran orang tua dalam perkembangan harga diri anak. Seorang anak dengan harga diri tinggi terbentuk karena sikap positif dari orang tua terhadap keberadaan anak, orang tua memberikan kebebasan kepada anak, tidak terlalu mengekang tetapi juga tidak terlalu membiarkan.

Menurut Coopersmith (2004) ada beberapa faktor yang mempengaruhi harga diri, yaitu:

a. Penghargaan dan Penerimaan dari Orang-orang yang Signifikan

Harga diri seseorang dipengaruhi oleh orang yang dianggap penting dalam kehidupan individu yang bersangkutan. Orangtua dan keluarga merupakan contoh dari orang-orang yang signifikan. Keluarga merupakan lingkungan tempat interaksi yang pertama kali terjadi dalam kehidupan seseorang.

b. Kelas Sosial dan Kesuksesan

Menurut Coopersmith (1967), kedudukan kelas sosial dapat dilihat dari pekerjaan, pendapatan dan tempat tinggal. Individu yang memiliki pekerjaan yang lebih bergengsi, pendapatan yang lebih tinggi dan tinggal dalam lokasi rumah yang lebih besar dan mewah akan dipandang lebih sukses dimata masyarakat dan menerima keuntungan material dan budaya. Hal ini akan menyebabkan individu dengan kelas sosial yang tinggi meyakini bahwa diri mereka lebih berharga dari orang lain.

c. Nilai dan Inspirasi Individu dalam Menginterpretasi Pengalaman

Kesuksesan yang diterima oleh individu tidak mempengaruhi harga diri secara langsung melainkan disaring terlebih dahulu melalui tujuan dan nilai yang dipegang oleh individu.

d. Cara Individu dalam Menghadapi Devaluasi

Individu dapat meminimalisasi ancaman berupa evaluasi negatif yang datang dari luar dirinya. Mereka dapat menolak hak dari orang lain yang memberikan penilaian negatif terhadap diri mereka.

Faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri menurut Wirawan dan Widyastuti (dalam Citra, 2009) ada enam faktor antara lain:

1) Faktor fisik

Seperti ciri fisik dan penampilan wajah manusia. Misalnya, beberapa orang cenderung memiliki harga diri yang tinggi apabila memiliki wajah yang menarik.

2) Faktor psikologis

Seperti kepuasan kerja, persahabatan, kehidupan romantis. Misalnya: seorang laki-laki memperlakukan pasangannya dengan sangat romantis, maka akan meningkatkan harga dirinya.

3) Faktor lingkungan sosial

Seperti orangtua dan teman sebaya. Misalnya: kalau orangtua mampu menerima kemampuan anaknya sebagaimana yang ada, maka anak menerima dirinya sendiri. Tetapi, kalau orangtua menuntut lebih tinggi dari apa yang ada pada diri anak sehingga mereka tidak menerima sebagaimana adanya. Semakin dewasa seseorang, maka semakin banyak pula orang-orang dilingkungan sosialnya akan mempengaruhi pembentukan harga dirinya.

4) Faktor tingkat inteligensi

Semakin tinggi tingkat inteligensi seseorang, maka semakin tinggi pula harga dirinya dan jelas bahwa tingkat inteligensinya ternyata mempengaruhi harga diri seseorang dan terlihat adanya hubungan positif keduanya.

5) Faktor status sosial ekonomi

Secara umum seseorang yang berasal dari status sosial ekonomi rendah memiliki harga diri yang lebih rendah dari pada yang berasal dari keluarga dengan status ekonomi tinggi.

6) Faktor ras dan kebangsaan

Seseorang yang berkulit hitam dan bersekolah di sekolah-sekolah orang yang berkulit putih memiliki harga diri yang lebih tinggi dari pada orang-orang Australia, India dan Irlandia.

Dari uraian diatas disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri adalah penghargaan dan penerimaan dari orang-orang yang signifikan, cara individu dalam menghadapi devaluasi, adanya faktor fisik, faktor psikologis, faktor lingkungan sosial, faktor tingkat inteligensi, faktor status sosial ekonomi, serta faktor ras dan kebangsaan.

4. Aspek-aspek Harga Diri

Menurut Coopersmith (2004) aspek-aspek yang terkandung dalam harga diri ada tiga yaitu:

- a. *Significance* (keberartian)

Keberartian menyangkut seberapa besar seseorang percaya bahwa dirinya mampu, berarti, berhasil, dan berharga menurut standar nilai dan pribadi.

b. *Power* (kekuasaan)

Kemampuan untuk mengatur dan mempengaruhi individu lainnya yang didasari oleh adanya pengakuan dan rasa hormat yang diterima individu lainnya.

c. *Virtue* (kebijakan)

Ketaatan kepada standar moral dan etika yang berlaku, individu berusaha menjauhi tingkahlaku yang harus dihindari dan melakukan tingkah laku yang diperolehkan atau diharuskan oleh moral, etika dan agama.

d. *Competence* (kemampuan)

Menunjukkan kemampuan yang terbaik dalam meraih tujuan untuk memenuhi tuntutan prestasi.

Rosenberg (dalam Rahmania & Yuniar, 2012) menyatakan bahwa harga diri memiliki dua aspek, yaitu penerimaan diri dan penghormatan diri. Kedua aspek tersebut memiliki lima dimensi yaitu: dimensi akademik, sosial, emosional, keluarga, dan fisik.

- 1) Dimensi akademik mengacu pada persepsi individu terhadap kualitas pendidikan individu.
- 2) Dimensi sosial mengacu pada persepsi individu terhadap hubungan sosial individu.
- 3) Dimensi emosional merupakan hubungan keterlibatan individu terhadap emosi individu.

- 4) Dimensi keluarga mengacu pada keterlibatan individu dalam partisipasi dan integrasi di dalam keluarga.
- 5) Dimensi fisik yang mengacu pada persepsi individu terhadap kondisi fisik individu.

Menurut Reasoner & Dusa (dalam Lestari & Koentjoro, 2002), komponen utama dari harga diri adalah:

a. Sense of security

Rasa aman bagi individu yang berhubungan dengan rasa kepercayaan dalam lingkungan mereka. Bagi individu yang memiliki rasa aman merasa bahwa lingkungan mereka aman untuk mereka, dapat diandalkan dan terpercaya.

b. Sense of identity

Rasa identitas melibatkan kesadaran diri menjadi seorang individu yang memisahkan dari orang lain dan memiliki karakteristik yang unik. Ini juga melibatkan penerimaan diri yang memiliki berbagai potensi, kepentingan, kekuatan dan kelemahan dari orang lain. Untuk mengetahui jati diri mereka sendiri, individu harus disediakan kesempatan untuk mengeksplorasi diri serta lingkungan mereka.

c. Sense of belonging

Sense of belonging melibatkan perasaan menjadi bagian dari dunia, perasaan yang ada dalam diri, dan juga merasa memiliki dunia. Individu dengan *sense of belonging* akan merasakan bahwa tempat mereka adalah makna dari dunia.

d. Sense of purpose

Maksud yang berkaitan dengan perasaan yang optimis dalam menetapkan dan mencapai tujuan. Orang tua dapat membantu anak-anak mereka untuk memiliki rasa tujuan dengan menyampaikan harapan dan mendorong menetapkan tujuan individu dan memiliki tujuan tinggi.

e. Sense of personal competence

Pengertian ini berkaitan dengan kebanggaan satu perasaan adalah kompetensi pada diri sendiri dan perasaan yang kompeten dalam menghadapi tantangan dalam hidup. Hal ini membantu individu untuk menjadi percaya diri untuk menghadapi kehidupan mereka nanti. Individu yang tidak memiliki rasa kompetensi pribadi akan merasa sangat tidak berdaya.

Menurut Ghufron (2013) aspek aspek harga diri dibentuk karena faktor:

1. Keberartian individu

Keberartian diri menyangkut seberapa besar individu percaya bahwa dirinya mampu , berarti, dan berharga menurut standar dan nilai pribadi. Penghargaan inilah yang dimaksud dengan keberartian diri.

2. Keberhasilan Seseorang

Keberhasilan yang berpengaruh terhadap pembentukan harga diri adalah keberhasilan yang berhubungan dengan kekuatan atau kemampuan individu dalam memengaruhi dan mengendalikan diri sendiri maupun orang lain.

3. Kekuatan Individu

Kekuatan Individu terhadap aturan-aturan, norma dan ketentuan-ketentuan yang ada dalam masyarakat. Semakin taat terhadap hal-hal yang sudah ditetapkan dalam masyarakat maka semakin besar kemampuan individu untuk dapat dianggap sebagai panutan masyarakat. Oleh Sebab itu, semakin tinggi pula penerimaan masyarakat terhadap individu bersangkutan. Hal ini mendorong harga diri yang tinggi.

4. Performansi individu yang sesuai dalam mencapai prestasi yang diharapkan

Apabila individu mengalami kegagalan, maka harga dirinya menjadi rendah. Sebaliknya, apabila performansi seseorang sesuai dengan tuntutan dan harapan, maka akan mendorong pembentukan harga diri yang tinggi.

Berdasarkan beberapa pendapat berbagai ahli tersebut di atas dapat dilihat bahwa aspek yang lebih tepat untuk penelitian ini yaitu penerimaan diri dan penghormatan diri yang memiliki dimensi akademik, dimensi sosial, dimensi emosional, dimensi keluarga, dan dimensi fisik. Selain itu juga aspek-aspek harga diri dalam pembentukan diri terdapat beberapa faktor seperti Keberartian individu percaya bahwa dirinya mampu , berarti, dan berharga menurut standar dan nilai pribadi. Keberhasilan Seseorang keberhasilan yang berhubungan dengan kekuatan atau kemampuan individu dalam mempengaruhi dan mengendalikan diri sendiri maupun orang lain. Kekuatan Individu, yaitu Semakin taat terhadap hal-hal yang sudah ditetapkan dalam masyarakat maka semakin besar kemampuan individu untuk dapat dianggap sebagai panutan

masyarakat. Performansi individu yang sesuai dalam mencapai prestasi yang diharapkan, yaitu Apabila individu mengalami kegagalan, maka harga dirinya menjadi rendah. Sebaliknya, apabila performansi seseorang sesuai dengan tuntutan dan harapan, maka akan mendorong pembentukan harga diri yang tinggi.

5. Perkembangan Harga Diri Remaja

Bayi yang baru lahir tidak dapat membedakan diri dengan lingkungan. Klein (dalam Frey & Carlock, 1987) menyatakan bahwa identitas bayi menyatu dengan orang-orang disekitarnya. Ketika seseorang memasuki masa anak-anak, seseorang akan memperoleh harga diri mereka dari orang tua dan guru. Mereka belum dapat mengevaluasi diri mereka karena perkembangan kemampuan kognitif anak belum cukup untuk mengevaluasi diri mereka, apakah mereka orang yang baik atau jahat (Davis-Kean dalam Papalia, 2005).

Kualitas harga diri berubah selama masa remaja. Perubahan tersebut umumnya dimulai pada usia sebelas tahun dan mencapai titik yang rendah pada saat usia 12-13 tahun (Rosenberg, Rahmania & Yuniar 2012). Kebanyakan orang pada masa remaja awal mengalami *simultaneous challenges* yang dapat memberikan pengaruh yang rendah terhadap harga diri remaja. Tantangan-tantangan tersebut meliputi perubahan sekolah, perubahan hubungan antara orangtua dan remaja serta perubahan biologis yang berkaitan dengan pubertas.

Permasalahan harga diri pada remaja merupakan masalah mendapatkan persetujuan dari orang lain. Harga diri menjadi tidak stabil karena remaja sangat memperhatikan dan mempedulikan kesan yang mereka buat terhadap orang lain. Usaha untuk menyenangkan banyak orang akan menghasilkan frustrasi. Umpan balik yang diterima dari orang lain akan berkontradiksi sehingga akan memperbesar keraguan dan kebingungan.

Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan Erikson (Calhuoun dan Acocella, 1995), bahwa pandangan yang tidak stabil dan tidak teratur tentang diri normal terjadi pada remaja oleh karena transisi peran yang dialaminya.

Berdasarkan uraian diatas maka perkembangan remaja adalah kualitas harga diri berubah selama masa remaja. Perubahan tersebut umumnya dimulai pada usia sebelas tahun dan mencapai titik yang rendah pada saat usia 12-13 tahun (Rosenberg, Dalam Rahmania & Yuniar 2012). Kebanyakan orang pada masa remaja awal mengalami *simultaneous challenges* yang dapat memberikan pengaruh yang rendah terhadap harga diri remaja. Tantangan-tantangan tersebut meliputi perubahan sekolah, perubahan hubungan antara orangtua dan remaja serta perubahan biologis yang berkaitan dengan pubertas.

C. Dukungan Orang Tua

1. Pengertian Dukungan Orangtua

Sebagai makhluk sosial, manusia sering berkumpul dalam kelompok-kelompok keluarga, sosial, hubungan kerja, pendidikan dan lain sebagainya. Manusia hidup dan berkembang dalam kebersamaan dengan orang lain. Hubungan antara manusia terdiri dari beberapa lapisan. Dengan adanya hubungan itu, berarti dalam hidup manusia tidak sendirian. Bila membutuhkan pertolongan, manusia mempunyai orang untuk berpaling. Dengan adanya orang-orang tersebut, maka manusia merasa ada dukungan dalam menempuh hidup dan menghadapi masalah-masalah dalam hidup.

Dukungan orangtua merupakan salah satu hal yang penting bagi individu dan dibutuhkannya pada saat sedang menghadapi suatu permasalahan, karena dukungan orangtua yang diperoleh baik secara fisik maupun emosi akan dapat membantu individu dalam menghadapi dan mengatasi masalah-masalah dalam kehidupannya.

Menurut Sarason (1996), dukungan orangtua adalah suatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orangtua, sehingga individu mengetahui bahwa orangtua memperhatikan, menghargai, dan mencintai dirinya. Selain itu dukungan orangtua merupakan kebutuhan seseorang akan persetujuan (*approval*), harga diri (*self esteem*), dan pertolongan (*succor*) yang diperoleh dari orangtua.

Selanjutnya Sarason (1996) mengatakan bahwa dukungan orangtua secara luas didefinisikan sebagai tersedianya atau adanya hubungan yang

bersifat menolong dan hubungan tersebut mempunyai nilai khusus. Selain itu Gottlie (dalam Smet, 1994) menyatakan bahwa dukungan orangtua berupa dukungan yang terdiri dari informasi atau nasehat verbal dan nonverbal ataupun bantuan nyata atau tindakan yang diberikan orangtua akan memberikan manfaat emosional maupun perilaku bagi pihak yang menerima dukungan tersebut. Selanjutnya Cobb (dalam Smet 1994) menyatakan bahwa dukungan orangtua itu terdiri atas informasi yang membuat individu meyakini bahwa dirinya diperhatikan dan disayangi.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa dukungan orangtua adalah adanya hubungan yang sifatnya menolong dari orangtua, yang mana pertolongan itu berupa dukungan fisik dan emosi sehingga individu menerima dukungan tersebut merasakan keuntungan emosional seperti merasa diperlihatkan.

2. Jenis-Jenis Dukungan Orangtua

Hardjana (1994) menyatakan beberapa bentuk pertolongan dan dukungan yang diperoleh dari orangtua yaitu :

a. Dukungan Emosional (*emotional Support*)

Dukungan emosional ini berupa ungkapan perhatian, simpati dan keprihatian. Dukungan emosional membuat orang yang menerimanya merasa dipahami, diterima, keadaan dan keberadaannya. Dukungan emosional dapat membawa kekuatan baru yang berguna dalam menghadapi masalah.

b. Dukungan Penghargaan (*Esteem Support*)

Dengan dukungan penghargaan, orang menyatakan penghargaan dan penilaian positif terhadap orang lain, dan memberi dorongan dan dukungan terhadap perasaan dan gagasannya yang dinilai baik, serta menunjukkan kelebihan dan keunggulannya. Dukungan penghargaan mengembangkan rasa dan kepercayaan diri kepada orang yang menerimanya. Dukungan ini terutama amat berguna pada waktu orang menceritakan masalah yang menimpa dirinya.

c. Dukungan Instrumental (*Instrumental Support*)

Dukungan Instrumental merupakan dukungan yang berupa bantuan langsung, seperti benda, uang atau tenaga. Dukungan ini amat dapat membantu. Misalnya, dukungan keuangan dan dana yang tersedia. Atau misalnya lagi dukungan tenaga dan sebagainya. Dukungan instrumental ini dapat membuat orang menjadi lebih siap menghadapi masalah yang menantinya.

d. Dukungan Informasional (*Informasional Support*)

Dukungan informasional dapat meliputi pemberian penjelasan, nasehat, pengarahan, saran. Dukungan ini dapat menjernihkan seluk-beluk yang berkaitan dengan masalah, memberi arah bertindak, dan inspirasi untuk bersikap dalam menghadapi masalah. Akibatnya, orang menjadi lebih siap menghadapi masalahnya.

Berdasarkan beberapa uraian menurut para ahli diatas, maka jenis-jenis dukungan orangtua adalah: dukungan emosional (*emotional support*),

dukungan penghargaan (*esteem support*) dukungan instrumental (*instrumental support*), dukungan informasional (*informasional support*).

2. Aspek-aspek dukungan orangtua menurut Gunarsa & Gunardi (1999)

antara lain :

1. Memberi dukungan nyata
2. Memberi perhatian
3. Memberi kehangatan
4. Memberi kasih sayang dan perlindungan

Sedangkan Offord (1992) mengemukakan sebagai berikut :

1. Memberi dukungan nyata
2. Memberi dukungan secara emosi
3. Memberi penghargaan terhadap perilaku sehingga menunjukkan bahwa individu dihargai dan diterima
4. Memberikan informasi yang dapat memberikan pemecahan terhadap suatu masalah
5. Bersama-sama melakukan kegiatan yang menyenangkan

Menurut Sarafino (1998) dukungan orangtua terdiri dari empat aspek, yaitu :

- a. Dukungan emosional. Dukungan ini melibatkan ekspresi rasa empati dan perhatian terhadap individu, sehingga individu tersebut merasa nyaman, dicintai, dan diperhatikan

- b. Dukungan penghargaan. Dukungan ini melibatkan ekspresi yang berupa pernyataan setuju dan penilaian positif terhadap ide-ide, perasaan dan performa orang lain
- c. Dukungan instrumental. Bentuk dukungan ini melibatkan bantuan langsung misalnya yang berupa bantuan financial(keuangan) atau bantuan alam mengerjakan tugas-tugas tertentu
- d. Dukungan informasi. Dukungan yang bersifat informasi ini dapat berupa saran, pengarahan dan umpan balik tentang bagaimana cara memecahkan persoalan

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa aspek aspek dukungan orangtua ditunjukkan dapat memberi dukungan nyata, memberi dukungan secara emosi, memberi penghargaan terhadap perilaku sehingga menunjukkan bahwa individu dihargai dan diterima, memberikan informasi yang dapat memberikan pemecahan terhadap suatu masalah, bersama-sama melakukan kegiatan yang menyenangkan. Selain itu ada juga aspek aspek orangtua seperti Dukungan emosional yaitu: melibatkan ekspresi rasa empati dan perhatian terhadap individu, merasa nyaman, dicintai, dan diperhatikan. Dukungan penghargaan yaitu melibatkan ekspresi yang berupa pernyataan setuju dan penilaian positif terhadap ide-ide. Dukungan instrumental yaitu melibatkan bantuan langsung misalnya yang berupa bantuan financial (keuangan) atau bantuan alam mengerjakan tugas-tugas tertentu serta Dukungan informasi yaitu

bersifat informasi ini dapat berupa saran, dan cara memecahkan persoalan.

D. Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Harga Diri Pada Remaja

Orangtua memiliki peranan yang sangat penting dalam upaya mengembangkan pribadi anak. Perhatian orang tua yang penuh kasih sayang dan pendidikan tentang nilai-nilai kehidupan baik agama maupun sosial. Keluarga juga dipandang sebagai institusi (lembaga) yang dapat memenuhi kebutuhan insani (manusiawi), terutama kebutuhan bagi pengembangan kepribadiannya dan pengembangan rasa kemanusiaan. Apabila mengaitkan orangtua dengan upaya memenuhi kebutuhan individu, maka orangtua merupakan lembaga pertama yang dapat memenuhi kebutuhan tersebut. Apabila anak telah memperoleh rasa aman dan dukungan orangtua serta penerimaan sosial dari teman-temannya sehingga menambah harga diri yang tinggi pada remaja tersebut.

Harga diri dapat diartikan sebagai dimensi evaluatif yang menyeluruh dari seseorang, dapat pula diartikan sebagai rasa percaya diri, harga diri maupun gambaran diri (Santrock, 1998). Coopersmith (2004) menyatakan bahwa harga diri merupakan evaluasi yang dibuat oleh individu mengenai hal-hal yang berkaitan dengan dirinya yang diekspresikan melalui suatu bentuk penilaian setuju dan menunjukkan tingkat dimana individu meyakini dirinya sebagai individu yang mampu, penting dan berharga. Harga diri

seseorang dapat menentukan bagaimana cara seseorang berperilaku di dalam lingkungannya.

Orangtua merupakan faktor terpenting dalam proses pembentukan harga diri. Evaluasi anak terhadap diri sendiri merupakan hasil interpretasi subyektif anak terhadap *feed back* yang berarti dalam kehidupan yakni orang tua. Perlakuan dan penilaian orang tua pada masa sebelumnya juga akan mempengaruhi harga diri individu pada masa akhir. Coopersmith mengungkapkan pentingnya peran orang tua dalam perkembangan harga diri anak. Seorang anak dengan harga diri tinggi terbentuk karena sikap positif dari orang tua terhadap keberadaan anak, orang tua memberikan kebebasan kepada anak, tidak terlalu mengekang tetapi juga tidak terlalu membiarkan.

Menurut Coopersmith (2006) ada beberapa faktor yang mempengaruhi harga diri, salah satunya adalah penghargaan dan penerimaan dari orang-orang yang signifikan, orangtua dan keluarga merupakan contoh dari orang-orang yang signifikan. Keluarga merupakan lingkungan tempat interaksi yang pertama kali terjadi dalam kehidupan seseorang.

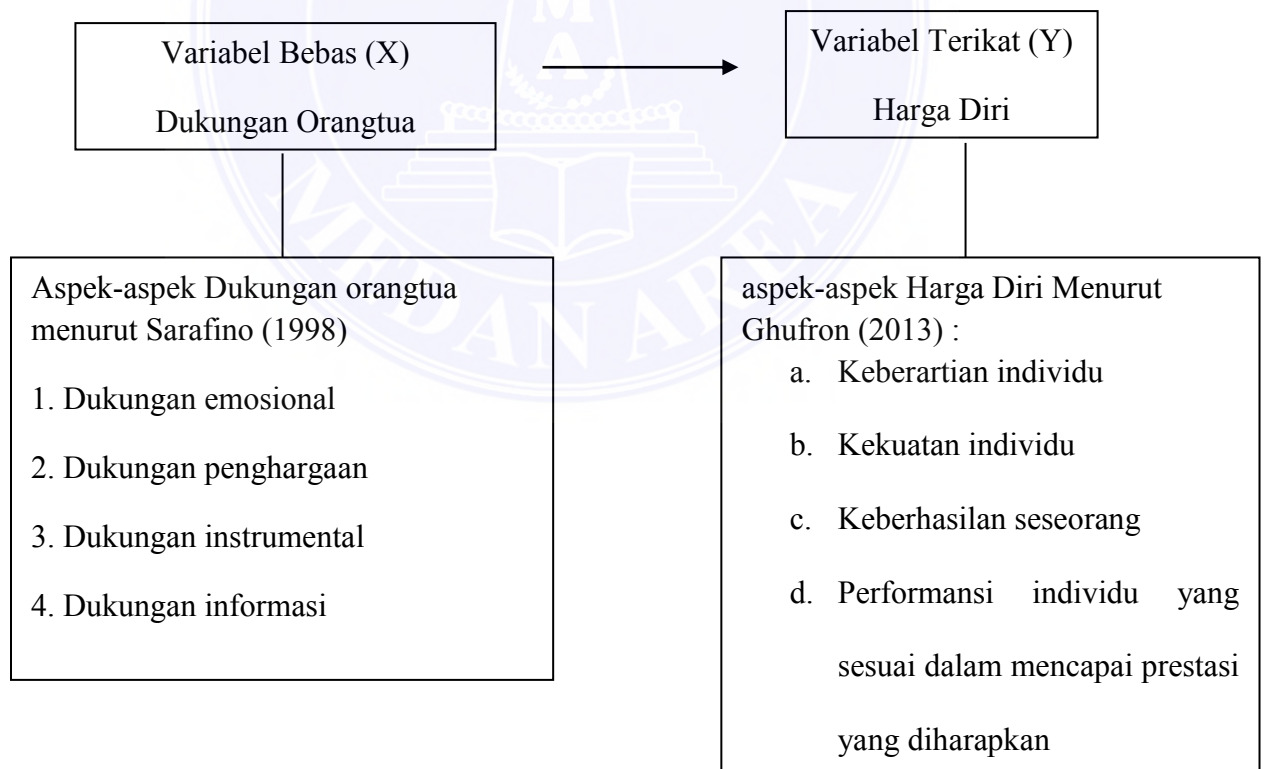
Penghargaan dan penerimaan ini adalah suatu bentuk dukungan, dalam hal ini adalah dukungan orang tua menurut Sarason (dikutip dari Rachmi, 1998) dukungan orangtua adalah suatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orangtua, sehingga individu mengetahui bahwa orangtua memperhatikan, menghargai, dan mencintai dirinya. Selain itu dukungan orangtua merupakan kebutuhan seseorang akan persetujuan

(*approval*), harga diri (harga diri), dan pertolongan (*succor*) yang diperoleh dari orangtua.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa hubungan dukungan orang tua dengan harga diri pada remaja sangat erat kaitannya dikarenakan adanya komunikasi dan hubungan yang hangat antara orangtua dengan anak akan membantu anak dalam memecahkan masalahnya. Namun pada kenyataannya dukungan orangtua dan saudara dalam membantu anak menyelesaikan tugas-tugasnya tidak selamanya berlangsung dengan lancar.

E. Kerangka Konseptual

Adanya kerangka konseptual seperti gambar 2.1 berikut



Gambar 2.1 kerangka konseptual

F. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah : Ada hubungan yang positif antara dukungan orang tua dengan harga diri remaja kelas X di SMA Harapan Mandiri medan, dengan asumsi semakin tinggi dukungan orang tua maka semakin tinggi harga diri. Sebaliknya, apabila nilai dukungan orangtua rendah maka harga diri remaja rendah.

