

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN HARGA DIRI  
PADA WANITA DEWASA AWAL YANG MENGALAMI *TOXIC  
RELATIONSHIP* DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN  
AREA**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh

Gelar Sarjana di Fakultas Psikologi

Universitas Medan Area

**OLEH:**

**BELLA YUSTIKA SIJABAT**

**18.860.0284**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN**

**2025**

**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 7/4/26

Access From (repository.uma.ac.id)7/4/26

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN HARGA DIRI  
PADA WANITA DEWASA AWAL YANG MENGALAMI *TOXIC  
RELATIONSHIP* DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN  
AREA**

**SKIRIPSI**

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh

Gelar Sarjana di Fakultas Psikologi

Universitas Medan Area



**OLEH:**

**BELLA YUSTIKA SIJABAT**

**18.860.0284**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN  
2025**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

i

Document Accepted 7/4/26

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

Access From (repository.uma.ac.id)7/4/26

## HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Harga Diri Pada Wanita

Dewasa Awal Yang Mengalami *Toxic Relationship* Di Fakultas

Psikologi Universitas Medan Area


Nama : Bella Yustika Sijabat

NPM : 18.860.0284

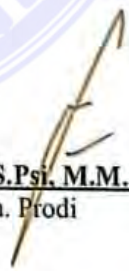
Fakultas : Psikologi

Disetujui oleh

Komisi Pembimbing

  
Dr. Siti Aisyah, S.Psi, M.Psi, Psikolog  
Pembimbing

  
Dr. Siti Aisyah, S.Psi, M.Psi, Psikolog  
Dekan

  
Faadhil, S.Psi, M.M., M.Psi  
Ka. Prodi

Tanggal Lulus : 03 Juli 2025

## 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, 03 Juli 2025

10000  
METERAI TEMPEL  
9F4FCAMX366759871  
Bella Yustika Sijabat  
(18.860.0284)

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK  
KEPENTINGAN AKADEMIS**

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

Nama : Bella Yustika Sijabat  
NPM : 18.860.0284  
Program Studi : Psikologi Perkembangan  
Fakultas : Psikologi  
Jenis Karya : Skripsi

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

**Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Harga Diri Pada Wanita  
Dewasa Awal Yang Mengalami *Toxic Relationship* di Fakultas Psikologi  
Universitas Medan Area**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalimmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan memublikasikan 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 : 03 Juli 2025

Yang menyatakan

  
(Bella Yustika Sijaba  
188600284)

## ABSTRAK

### HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN HARGA DIRI PADA WANITA DEWASA AWAL YANG MENGALAMI *TOXIC RELATIONSHIP* DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA

BELLA YUSTIKA SIJABAT

18.860.0284

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan harga diri pada wanita dewasa awal yang mengalami *toxic relationship* Di fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Populasi penelitian ini 512 orang mahasiswi dewasa awal stambuk 2018 dengan sampel sebanyak 54. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *product moment*. Metode pengumpulan data menggunakan bentuk *skala likert*. Hasil penelitian terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan harga diri pada wanita dewasa awal Di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Berdasarkan hasil perhitungan secara hipotetik dan empiric, harga diri tergolong rendah sebab nilai hipotetik sebesar 75 dan empiricnya 58,18 dan dukungan sosial tergolong rendah sebab nilai hipotetiknya 75 dan empiricnya 57,67. Hasil ini dibuktikan dengan koefisien korelasi sebesar  $r_{xy}=0,643$  dengan nilai signifikansi  $p=0,001 > 0,05$ . Artinya ada hubungan positif antara harga diri dengan dukungan sosial. Sumbangan efektif dari harga diri mempengaruhi dukungan sosial sebesar 58,7% dukungan sosial dipengaruhi oleh faktor lain seperti: emosional, instrumental dan informasi.

**Kata Kunci:** Dukungan sosial, Harga diri

## ABSTRACT

### ***CORRELATION BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND SELF-ESTEEM IN EARLY ADULT WOMEN EXPERIENCED TOXIC RELATIONSHIP THE FACULTY OF PSYCHOLOGY MEDAN AREA UNIVERSITY***

**BELLA YUSTIKA SIJABAT**

**18.860.0284**

*This study aims to determine the relationship between social support and self-esteem in early adult women who experienced toxic relationship in the Faculty of Psychology, Medan Area University. This research is a quantitative study. The population of this study was 512 early adult female students of the 2018 batch, with a sample of 54. The sampling technique used was purposive sampling. The data analysis technique used is correlation product moment. The data collection method uses the form scale likert. The results of the study showed a significant positive relationship between social support and self-esteem in early adult women at the Faculty of Psychology, Medan Area University. Based on the results of hypothetical and empirical calculations, self-esteem is classified as low because the hypothetical value is 75 and the empirical is 58.18 and social support is classified as low because the hypothetical value is 75 and the empirical is 57.67. This result is proven by the correlation coefficient of  $r_{xy} = 0.643$  with a significance value of  $p = 0.001 > 0.05$ . This means that there is a positive relationship between self-esteem and social support. The effective contribution of self-esteem affects social support by 58.7% social support is influenced by other factors such as: emotional, instrumental and information.*

**Keywords:** *Social support, self-esteem*

## RIWAYAT HIDUP

Peneliti bernama Bella Yustika Sijabat lahir di desa Partuahan, Kabupaten Simalungun pada tanggal 01 November 1999. Peneliti dibesarkan oleh nenek N.Purba degan kakek K.Sijabat dan juga dibesarkan oleh ayah Afrilian Sijabat dan ibu Elsa Ponikha Purba peneliti memiliki adik 3 adik. Adapun riwayat pendidikan peneliti dimulai pada saat masuk Sekolah Dasar di SD Impres 19400 Partuahan tahun 2006, kemudian melanjutkan pendidikan ke jenjang Sekolah Menengah Pertama di SMP ST.LUSIA Sei Rotan pada tahun 2012 dan Sekolah Menengah Atas di SMAN 21 Medan pada tahun 2015. Pada tahun 2018 peneliti mendaftar di Perguruan Tinggi Swasta (PTS) di Universitas Medan Area jurusan Psikologi.



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	<b>2</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>5</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>6</b>
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>7</b>
<b>BAB I</b> .....	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	8
1.3 Tujuan Penelitian .....	9
1.4 Hipotesis Penelitian .....	9
1.5 Manfaat Penelitian .....	9
1.5.1 Manfaat Teoritis .....	9
1.5.2 Manfaat Praktis .....	10
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>11</b>
2.1 Dukungan Sosia .....	11
2.1.1 Definisi Dukungan Sosial .....	11
2.1.2 Aspek-Aspek Dukungan Sosial .....	12
2.2 Harga Diri .....	16
2.2.1 Definisi Harga Diri .....	16
2.2.3 Faktor-Faktor Harga Diri .....	22
2.3 Toxic Relationship .....	24
2.3.1 Pengertian Toxic Relationship .....	24
2.3.2 Karakteristik Toxic Relationship .....	26
2.3.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya <i>Toxic Relationship</i> .....	32
2.4 ..... Hubungan antara dukungan sosial dengan harga diri pada wanita dewasa awal yang mengalami toxic relationship. ....	33
2.5 Kerangka Konseptual.....	36
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	<b>37</b>
3.1 Waktu dan Tempat Penelitian .....	37
3.2 Bahan dan Alat Penelitian .....	38

3.2.1 Bahan.....	38
3.2.2 Alat.....	38
3.3 Metodologi Penelitian .....	38
3.4 Identifikasi Variabel Penelitian .....	38
3.5 Subjek Penelitian .....	39
3.5.1 Populasi .....	39
3.5.2 Sampel.....	39
3.5.3 Teknik pengambilan sampel.....	39
3.5.4 Metodologi pengumpulan data .....	40
3.6 Validitas dan Reliabilitas .....	40
3.7 Metode Analisis data.....	40
3.7.1 Uji Normalitas .....	41
3.7.2 Uji linearitas .....	41
3.8 Prosedur Kerja.....	41
3.8.1 Persiapan Administrasi.....	41
3.8.2 Persiapan Alat Ukur .....	42
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>45</b>
4.1 Hasil .....	45
4.4.1 Hasil Uji Coba Skala Dukungan Sosial.....	45
4.4.2 Hasil Uji Coba Skala Harga Diri.....	46
4.4.3 Analisis Data dan Hasil Penelitian .....	47
4.4.4 Uji Asumsi.....	47
a. Uji Normalitas .....	47
4.4.5 Uji Hipotesis .....	49
4.4.6 Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik .....	50
4.2 Pembahasan .....	54
<b>V. SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>57</b>
5.1 Simpulan .....	57
5.2 Saran .....	58
5.2.1 Bagi Subjek Penelitian .....	58
5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya .....	58
5.2.3 Bagi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area .....	59
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>60</b>

## DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1.....	64
LAMPIRAN 2.....	67
LAMPIRAN 3.....	69
LAMPIRAN 4.....	74
LAMPIRAN 5.....	78
LAMPIRAN 6.....	73
LAMPIRAN 7.....	79
LAMPIRAN 8.....	82
LAMPIRAN 9.....	84
LAMPIRAN 10.....	86



## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 .....	36
Tabel 3. 1 .....	37
Tabel 3. 2 .....	43
Tabel 3. 3 .....	44
Tabel 4. 1 .....	45
Tabel 4. 2 .....	46
Tabel 4. 3 .....	48
Tabel 4.4 .....	49
Tabel 4.5 .....	50
Tabel 4.6 .....	52



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1.....	53
Gambar 4.2.....	53



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Kuasa atas segala karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Tema yang dipilih dalam penelitian ini ialah *Toxic Relationship*, dengan judul Hubungan antara dukungan sosial dengan harga diri pada wanita dewasa awal yang mengalami *Toxic Relationship* di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Terimakasih penulis sampaikan kepada Ibu Dr. Siti Aisyah, S.Psi, M.Psi, Psikolog, Psikolog selaku dosen pembimbing penulis, kepada orang tua dan saudara-saudara penulis, yakni Mamak Nursianna Purba, Ayahanda Afrilian Sijabat, S.E dan ibunda Elsa Purba, serta kepada teman-teman penulis yang telah memberikan doa dan dukungan terhadap penulis untuk menyelesaikan skripsi ini, dan terutama berterima kasih kepada diri sendiri sebagai penulis skripsi yang telah menyelesaikan skripsi ini dengan perjalanan yang panjang, terima kasih karena tidak meninggalkan apa yang sudah dimulai. Disamping itu kepada pihak staf Universitas Medan Area beserta mahasiswa yang telah membantu peneliti dalam melakukan penelitian ini dan semua pihak yang telah membantu peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun dan mendidik. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat baik untuk kalangan pendidikan maupun masyarakat. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih.

Penulis

Bella Yustika Sijabat 188600284

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang Masalah

Pada saat ini menjalin hubungan atau relasi dengan lawan jenis adalah suatu cara untuk dapat menemukan pendamping atau pasangan hidup. Sebagian besar individu sejak remaja hingga dewasa akan mulai mencari pacar atau pasangan dengan berbagai alasan salah satu alasan seseorang mencari pasangan adalah karena ingin merasa bahagia.

Dewasa awal adalah masa peralihan dari masa remaja yang dikenal dengan pencarian identitas diri yang didapatkan sedikit demi sedikit sesuai dengan umur kronologis dan *mental age*-nya. Dewasa awal merupakan suatu masa penyesuaian terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial yang baru. seseorang digolongkan dalam usia dewasa awal berada dalam tahap hubungan hangat, dekat dan komunikatif dan dengan atau tidak melibatkan kontak seksual. Bila terjadi kegagalan dalam bentuk keintiman maka akan mengalami yang disebut dengan isolasi yaitu merasa tersisihkan oleh orang lain, kesepian, menyalahkan diri karena berbeda dengan orang lain menurut Erickson (2001).

Pada tahap ini manusia mulai menerima dan memikul tanggung jawab yang lebih berat, pada tahap ini pula hubungan intim mulai berlaku dan berkembang. Individu yang tergolong dewasa awal ialah mereka yang berusia 20-40 tahun, mereka memiliki peran dan tanggung jawab yang tentu saja semakin besar.

Erickson (2001) menyatakan tugas perkembangan dewasa awal adalah menjalin hubungan atau menikah dan membangun suatu keluarga, mengelola rumah tangga, mendidik dan atau mengasuh anak, memikul tanggung jawab sebagai warga negara, membuat hubungan dengan suatu kelompok sosial tertentu, melakukan suatu pekerjaan.

Salah satu tugas perkembangan dewasa awal adalah menjalin hubungan dan memilih pasangan hidup yang sering juga disebut pacaran. Menurut DeGenova & Rice (2005) pacaran adalah menjalankan suatu hubungan dimana terlibat dua orang yang bertemu dan melakukan serangkaian aktivitas bersama untuk dapat mengenal lebih dalam satu sama lain. Menurut Bowman (2008) pacaran adalah kegiatan bersenang-senang antara pria dan wanita yang belum menikah, dimana hal ini akan menjadi dasar utama yang dapat memberikan pengaruh timbal balik untuk hubungan selanjutnya sebelum pernikahan. Sedangkan menurut Papalia dkk, (2004), pacaran adalah keintiman yang meliputi adanya rasa kepemilikan adanya keterbukaan untuk mengungkapkan informasi penting mengenai diri pribadi kepada oranglain menjadi bagian utama dari sebuah keintiman hubungan berpacaran.

Pada saat melaksanakan tugas perkembangannya, dewasa awal, mengalami hambatan dalam memilih pasangan hidup dan beberapa orang berpikir bahwa hubungan akrab menimbulkan hal-hal yang menarik dan romantis. Namun beberapa pasangan tidak merasakan hubungan percintaan yang manis dan romantis seperti yang terlihat di media yang mengakibatkan banyak pasangan dewasa awal dalam menjalin hubungan sering terjebak dalam hubungan beracun atau *toxic relationship*.

Menurut Alviani dkk, (2020) mengatakan *toxic relationship* adalah hubungan yang disalahgunakan dan menimbulkan akibat yang kurang menyenangkan secara emosi, sosial, fisik dan seksual. Didalam pola hubungan yang *toxic* biasanya terdapat komunikasi yang kurang baik dan pihak-pihak yang berada didalam hubungan tersebut tidak menjadi diri sendiri dan bahkan bisa merasa tertekan.

Menurut Solferino dan Tessitore (2019) *toxic relationship* adalah hubungan yang tidak sehat untuk diri sendiri dan orang lain. orang yang terlibat dan pernah mengalami hubungan yang merugikan akan mengalami konflik batin. Konflik batin ini dapat menyebabkan kemarahan, depresi, atau kecemasan. Hubungan yang beracun membuat seseorang sulit untuk menjalani hidup yang produktif dan sehat. *Toxic relationship* sering terjadi pada mereka yang sedang menjalani hubungan pacaran atau percintaan.

*Toxic relationship* dapat terjadi dimana saja dan tidak memandang jenis kelamin, baik perempuan maupun laki-laki dapat menjadi korban. *Toxic relationship* yang terjadi ini biasanya terdiri dari beberapa jenis, misalnya serangan terhadap fisik, mental, ekonomi, dan seksual. Meskipun *toxic relationship* dapat dialami oleh laki-laki dan perempuan, namun dalam penelitian ini lebih difokuskan untuk melihat wanita dewasa awal yang menjadi korban dikarenakan wanita yang lebih banyak menjadi korban *toxic relationship*.

Hal ini dipaparkan oleh WHO yang menyatakan bahwa 1 dari 4 perempuan di negara maju mengalami *toxic relationship* hingga mencapai 25%. Website milik Komnas Perempuan juga menjelaskan pada tahun 2020 ada 2.050

kasus kekerasan fisik, 1.983 kasus kekerasan seksual, 1.792 kasus kekerasan psikis, serta 680 kasus kekerasan ekonomi.

Tingginya angka kekerasan membuat Pemerintah yaitu Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPPA) bekerjasama dengan Badan Pusat Statistik (BPS) melakukan Survei Pengalaman Hidup Perempuan Nasional (SPHPN) pada tahun 2016 untuk mengetahui informasi mengenai pengalaman hidup perempuan yang mengalami kekerasan dengan usia 15 tahun keatas. Diketahui sebanyak 33,4% perempuan usia 15-64 tahun telah mengalami kekerasan fisik dan/atau kekerasan seksual selama hidupnya, dengan jumlah kekerasan fisik sebanyak 18,1% dan kekerasan seksual 24,2%. Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak (SIMFONI PPA) telah merilis data mengenai sebaran kasus kekerasan sepanjang tahun 2022. Dalam data ini, tercatat bahwa jumlah kasus kekerasan yang dikategorikan berdasarkan hubungan pacar atau teman, menduduki peringkat kedua dengan total 4.588 kasus di seluruh Indonesia, dan komnas perempuan tercatat 360 kasus KDP (kekerasan dalam pacaran) sedangkan di Lembaga pelayanan sebanyak 496 kasus KDP (kekerasan dalam pacaran)

Pada data tersebut dapat dilihat bahwa hubungan yang tidak sehat hanya akan menguntungkan satu pihak atau bersifat satu arah, sedangkan pihak lainnya tidak, dengan kata lain *toxic relationship* ini cukup berbahaya apabila dialami oleh wanita dewasa awal yang masih proses mencari jati diri atau sedang dalam proses mengembangkan karir. *Toxic relationship* mempunyai sifat yang merusak, karena isi dari hubungannya adalah konflik yang tidak saling mendukung, dan hilangnya rasa hormat hingga kekompakan).

Faktor penyebab *toxic relationship* diantaranya dipengaruhi oleh budaya dan tekanan teman sebaya Emilio (2008). Dukungan social teman sebaya dapat menghadirkan situasi yang berbeda dalam lingkungan Arlene & Beverly (2010). Namun tidak semua orang dapat membantu korban *toxic relationship*, dikarenakan rasa khawatir yang akan menciptakan persoalan baru atau dapat memperbutuk situasi yang dapat membahayakan korban.

Meianisa & Rositawati (2022) dukungan sosial dinyatakan sebagai suatu dukungan terkait persepsi seseorang mengenai perhatian, kenyamanan, dan bantuan yang selalu tersedia ketika dibutuhkan. Dukungan sosial tidak hanya berfokus pada perilaku yang dilakukan seseorang untuk orang lain. Menurut Rovika (2021), dukungan sosial merupakan bentuk nyata dari sikap peduli, menghargai, dan mampu memberikan bantuan kepada individu lain, sehingga seseorang menjadi lebih bermakna dalam lingkungan sosialnya.

Smet (2017) menjelaskan bahwa individu dengan dukungan sosial yang tinggi, akan mengubah respon seseorang terhadap sumber stressor dikarenakan seseorang tersebut tahu bahwa nantinya ada orang-orang terdekat yang dapat membantu. Individu dengan dukungan sosial yang tinggi, dapat memiliki penghargaan diri yang lebih tinggi, yang membuat individu tidak begitu mudah merasa rendah diri. Ketika seseorang berpacaran ada kemungkinan meningkatkan harga diri orang tersebut, apabila pasangannya menghargai dirinya, memberikan kasih sayang, perlindungan dan hal-hal positif lainnya.

Namun pasangan juga dapat menurunkan harga diri bahkan menghancurkan harga diri apabila berlaku sebaliknya, sang pasangan tidak dihargai, tidak menyayangi, tidak mendapat dukungan dari teman-teman bahkan sampai terlibat dalam hubungan beracun atau *toxic relationship*. Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Very Julianto et al.,(2020) berjudul hubungan antara harapan dan harga diri pada orang yang mengalami *toxic relationship* dengan kesehatan psikologis dimana hasil penelitian menyimpulkan bahwa harga diri dan harapan berkorelasi positif signifikan dengan kebahagiaan. Sehingga kebahagiaan seseorang akan tinggi apabila ia memiliki harga diri dan harapan yang tinggi. Namun saat mengalami *toxic relationship* harga diri dan harapan akan menurun yang membuat tingkat kebahagiaan yang dirasakan rendah. Dapat ditarik kesimpulan bahwa seseorang yang terjebak *toxic relationship* ketika momen negatif lebih banyak dari pada momen positif dan orang yang ada dalam hubungan beracun perkembangan dirinya cenderung tertahan atau mandek, harga dirinya hancur dan putus hubungan dengan dirinya sendiri.

Berdasarkan informasi yang didapatkan, peneliti melakukan survey awal pada mahasiswi stambuk 2018 yang sedang menjalin hubungan dan pernah mengalami *toxic relationship* dan dari hasil survey melalui screening yang disusun berdasarkan kriteria *toxic relationship* dan ditemukan ada sebanyak 52 responden terjebak dalam *toxic relationship* artinya fenomena tersebut benar terjadi di fakultas psikologi universitas medan area.

Peneliti juga melakukan wawancara pada mahasiswi fakultas psikologi Universitas Medan Area stambuk 2018 yang teridentifikasi mengalami *toxic relationship* pada awalnya menjalin hubungan dengan baik saling mendukung, merasakan bahagia, bahkan merasakan kebebasan selayaknya menjalin hubungan yang baik. Tidak banyak dari mereka yang menyadari bahwa mereka sedang terjebak dalam hubungan yang beracun tersebut mereka masih beranggapan bahwa permasalahan dan perdebatan yang mereka alami adalah hal biasa. Namun seiring berjalannya waktu mereka menyadari adanya perubahan didalam hubungan mereka semakin tidak baik, merasa tidak ada kenyamanan. Bahkan tidak menutup kemungkinan juga diantara mereka mengalami kekerasan dan dipermalukan didepan umum. Hal tersebut diperkuat dengan hasil wawancara personal dengan wanita dewasa awal yang berstatus mahasiswi. Berdasarkan dari hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti dengan mahasiswa wanita dewasa awal. Ada mahasiswa yang memberikan pendapat bahwa dukungan sosial berpengaruh dalam peningkatan harga diri wanita dewasa awal yang mengalami *toxic relationship*. Dukungan sosial sangat penting bagi korban *toxic relationship* untuk menyadarkan dan menyelamatkan korban dari hubungan yang kurang korban ketika mengalami *feeling blue* dan drop secara psikologisnya. Peneliti juga melakukan observasi yang kemudian menemukan fenomena dilapangan bahwa dukungan sosial sangat mempengaruhi harga diri wanita dewasa awal yang sedang menjalin hubungan dan terjebak dalam *toxic relationship* dikarenakan dukungan sosial yang ditemukan adalah *negative* dan mengakibatkan penurunan harga diri. Hal ini diperkuat dengan melakukan observasi dengan menanyakan kepada kepala bagian konseling di Universitas Medan Area selama 1 tahun terakhir yakni tahun

2022. Adanya mahasiswa wanita dewasa awal yang masih terjebak dalam *toxic relationship* yang dipengaruhi oleh dukungan sosial dan harga diri wanita dewasa awal tersebut.

Penelitian ini dilakukan terkait dengan dukungan sosial terhadap wanita dewasa awal korban *toxic relationship* dilihat dari sudut pandang ilmu kesejahteraan sosial, melakukan studi literatur, dokumentasi dan wawancara untuk mengetahui dan menganalisis bagaimana dukungan sosial yang diterima wanita dewasa awal korban *toxic relationship*.

Berdasarkan paparan fenomena dan latar belakang diatas, peneliti menyimpulkan untuk mengetahui lebih lanjut hubungan antara harga diri dengan dukungan sosial pada wanita yang mengalami *toxic relationship* sehingga dapat diketahui secara jelas hubungan keduanya. Oleh karena itu peneliti bermaksud untuk melaksanakan penelitian dengan judul; Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Harga Diri pada Wanita Dewasa Awal yang mengalami *Toxic Relationship* di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah dan batasan masalah, maka dapat dirumuskan masalah penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara dukungan social dengan harga diri pada wanita dewasa awal yang mengalami *toxic relationship* di fakultas Psikologi Difakultas Medan Area?

### 1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah diatas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara harga diri dan dukungan sosial pada wanita dewasa awal yang mengalami *toxic relationship* di fakultas Psikologi Universitas Medan Area

### 1.4 Hipotesis Penelitian

Dalam penelitian ini hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan harga diri pada wanita dewasa awal yang mengalami *toxic relationship*. Asumsinya adalah semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi pula harga diri dan semakin rendah kemungkinan mengalami *toxic relationship*. Demikian pula sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial, maka semakin rendah pula harga diri dan tinggi kemungkinan mengalami *toxic relationship*.

### 1.5 Manfaat Penelitian

Berdasarkan pokok permasalahan diatas, maka manfaat yang hendak diperoleh dari penelitian ini adalah :

#### 1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini secara umum diharapkan dapat memberikan masukan bagi ilmu psikologi, khususnya psikologi perkembangan yang terkait dengan dukungan sosial dan harga diri serta dapat menjadi menjadi bahan referinsi bagi peneliti berikutnya.

### 1.5.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis ini dapat menambah informasi mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan harga diri pada wanita dewasa awal difakultas Psikologi Universitas Medan Area dan menambah wawasan untuk memahami dukungan sosial dan harga diri pada wanita dewasa awal.



## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 Dukungan Sosial

##### 2.1.1 Definisi Dukungan Sosial

Menurut Saronson dalam (Dwi, 2009) Dukungan sosial dapat dianggap sebagai sesuatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang lain yang dapat dipercaya. Dari keadaan tersebut akan mengetahui bahwa orang lain memperhatikan, menghargai, dan mencintainya. Dukungan sosial adalah bantuan atau pertolongan yang diterima oleh seseorang sebagai bantuan atau pertolongan yang menerima oleh seseorang dari interaksinya dengan orang lain menurut Will (dalam Dwi, 2009). Dukungan sosial adalah informasi dari orang lain bahwa ia dicintai dan diperhatikan, memiliki harga diri dan dihargai dan merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan kewajiban bersama menurut Siegel (dalam Juariani, 2006).

Dukungan sosial pada umumnya menggambarkan mengenai peranan atau pengaruh yang dapat ditimbulkan oleh orang lain yang berarti seperti anggota keluarga, teman, saudara dan rekan kerja. Dukungan sosial adalah pemberian bantuan seperti materi, emosi, dan informasi yang berpengaruh terhadap kesejahteraan manusia. Dukungan sosial juga dimaksudkan sebagai keberadaa dan kesediaan orang-orang yang berarti yang dapat dipercaya untuk membantu, mendorong, menerima, dan menjaga individu menurut Johnson (dalam Sulistiyani, 2003) Berdasarkan teori-teori diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa dukungan sosial adalah

bentuk pertolongan yang didapat berupa materi, emosi, dan informasi yang diberikan oleh orang-orang yang memiliki arti seperti keluarga, sahabat, saudara, rekan kerja, ataupun atasan atau orang yang dicintai oleh individu yang bersangkutan. Bantuan atau pertolongan ini diberikan dengan tujuan individu yang mengalami masalah merasa diperhatikan, mendapat dukungan, dihargai dan dicintai.

### 2.1.2 Aspek-Aspek Dukungan Sosial

Menurut Sarafino & Smith (2014) dukungan sosial terdiri dari beberapa aspek, yaitu:

a. Dukungan emosional

Dukungan ini melibatkan ekspresi rasa emati dan perhatian terhadap individu tersebut merasakan nyaman, dicintai dan diperhatikan. Dukungan ini meliputi seperti memberikan perhatian dan afeksi serta bebrsedia mendengarkan keluh kesah orang lain.

b. Dukungan Instrumental

Bentuk dukungan ini melibatkan bantuan langsung, misalnya yang berupa bantuan finansial atau banntuan dalam mengerjakan tugas-tugas tertentu.

c. Dukungan Informasi

Dukungan ini mencakup pemberian nasehat, arahan atau umpan balik atas apa yang sedang dilakukan atau terjadi pada individu. Bantuan informasi merupakan bantuan yang merupakan nasehat, bimbingan dan memberikan informasi. Informasi tersebut membantu individu mengatasi m asalahnya seingga individu mamu mencari jalan keluar

untuk mengatasi masalahnya melalui perhatian informasi, nasehat sugestif maupun umpan balik mengenai yang sebaiknya dilakukan.

d. Dukungan Penghargaan

Terjadi lewat ungkapan hormat (penghargaan) positif untuk orang lain, dorongan maju atau persetujuan dengan gagasan atau perasaan individu dan pertandingan positif orang itu dengan orang lain, seperti orang yang kurang mampu atau lebih buruk keadaannya (menambah penghargaan diri).

Menurut House (dalam Adriani Fatma, 2013) Berpendapat bahwa ada empat aspek dukungan sosial, yaitu ;

a. Emosional

Aspek ini melibatkan kekuatan jasmani dan keinginan untuk percaya pada orang lain sehingga individu yang bersangkutan menjadi yakin bahwa orang lain tersebut mampu memberikan cinta kasih sayang kepadanya.

b. Instrumenal

Aspek ini menyediakan sarana untuk mempermudah atau menolong orang lain sebagai contohnya adalah peralatan, perlengkapan, dan sarana pendukung lain dan termasuk didalamnya memberikan peluang waktu.

c. Informatif

Aspek ini berupa pemberian informasi untuk mengatasi masalah pribadi. Aspek informatif ini terdiri dari pemberian nasehat, pengarahan, dan keterangan lain yang dibutuhkan oleh individu yang bersangkutan.

d. Penilaian

Aspek ini terdiri dari dukungan peran sosial yang meliputi umpan balik, perbandingan sosial, dan afirmasi (Persetujuan).

Berdasarkan pemaparan diatas, dapat disimpulkan bahwa individu bisa mendapatkan dukungan sosial berupa dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi, dukungan penghargaan dan dukungan kelompok.

### 2.1.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi Dukungan Sosial

Menurut Reis, dkk (2016) ada tiga faktor yang mempengaruhi dukungan sosial yaitu :

1. Keintiman

Dukungan sosial diperoleh dari keintiman daripada aspek lain dalam interaksi sosial, semakin intim individu maka dukungan sosial maka dukungan yang diperoleh akan semakin besar.

2. Harga diri

Seseorang dengan harga diri memandang bantuan dari orang lain merupakan suatu bentuk turunya harga diri seseorang dikarenakan jika menerima bantuan orang lain maka dapat diartikan bahwa seseorang yang bersangkutan tidak memiliki usaha dari dirinya sendiri.

3. Keterampilan Sosial

Seseorang dengan pergaulan yang luas maka akan memiliki keterampilan sosial yang tinggi, sehingga seseorang tersebut memiliki jaringan sosial yang luas pula. Sedangkan seseorang yang memiliki pergaulan yang kurang luas maka seseorang tersebut memiliki keterampilan sosial yang rendah.

Dukungan sosial setiap orang berbeda-beda. Hal tersebut dipengaruhi beberapa faktor. Menurut Stanley (2007), faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial adalah sebagai berikut:

### 1. Kebutuhan fisik

Kebutuhan fisik dapat mempengaruhi dukungan sosial. Adapun kebutuhan fisik meliputi sandang, pangan dan papan. Apabila seseorang tidak tercukupi kebutuhannya maka seseorang tersebut kurang mendapat dukungan sosial.

### 2. Kebutuhan sosial

Dengan aktualisasi diri yang baik maka seseorang lebih dikenal oleh masyarakat daripada orang yang tidak pernah bersosialisasi di masyarakat. Orang yang mempunyai aktualisasi diri yang baik cenderung selalu ingin mendapatkan pengakuan di dalam kehidupan masyarakat. Untuk itu pengakuan sangat diperlukan untuk memberikan penghargaan.

### 3. Kebutuhan psikis

Dalam kebutuhan psikis pasien pre operasi di dalamnya termasuk rasa ingin tahu, rasa aman, perasaan religius, tidak mungkin terpenuhi tanpa bantuan orang lain. Apalagi jika orang tersebut sedang menghadapi masalah baik ringan maupun berat, maka orang tersebut akan cenderung mencari dukungan sosial dari orang-orang sekitar sehingga dirinya merasa dihargai, diperhatikan dan dicintai.

Berdasarkan teori-teori diatas dapat ditarik kesimpulan faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial yaitu keintiman, harga diri, keterampilan sosial. Dukungan setiap orang berbeda-beda hal tersebut

dipengaruhi oleh faktor-faktor kebutuhan fisik, kebutuhan sosial, dan kebutuhan psikis.

## **2.2 Harga Diri**

### **2.2.1 Definisi Harga Diri**

Harga diri merupakan hasil evaluasi diri sendiri yang akan diekspresikan dalam sikap terhadap diri sendiri. Evaluasi ini sendiri menyatakan suatu sikap penerimaan ataupun penolakan dan juga dapat menunjukkan seberapa besar individu dapat percaya terhadap dirinya sendiri dan mengakui bahwa dirinya mampu, berarti, berhasil dan juga berharga menurut standard dan penilaian pribadinya sendiri Coopersmith & Murk (2013).

Baron & Byrne (2004) menjelaskan bahwa harga diri adalah sebuah evaluasi yang dibuat oleh individu yang dimana hal ini akan menunjukan sikap seseorang terhadap dirinya sendiri baik itu dalam hal positif maupun negatif. Baron & Byrne juga menjelaskan bahwa harga diri sering kali diukur sebagai peringkat dalam dimensi yang bernilai negatif hingga hal ini dianggap ideal dengan konsep diri yang sebenarnya, maka semakin besar perbedaan antara konsep diri yang ideal dengan sebenarnya maka semakin rendah pula harga diri seorang individu. Taylor (2009) mengatakan bahwa harga diri adalah hasil evaluasi tentang diri kita sendiri kita tidak hanya menilai seperti sendiri tetapi juga menilai kualitas yang ada pada diri kita sendiri.

Harga diri merupakan hasil evaluasi diri sendiri yang akan diekspresikan dalam sikap terhadap diri sendiri. Evaluasi ini sendiri

menyatakan suatu sikap penerimaan ataupun penolakan dan juga dapat menunjukkan seberapa besar individu dapat percaya terhadap dirinya sendiri dan mengakui bahwa dirinya mampu, berarti, berhasil dan juga berharga menurut standard dan penilaian pribadinya sendiri Coopersmith & Murk (2013). Baron & Byrne (2004) menjelaskan bahwa harga diri adalah sebuah evaluasi yang dibuat oleh individu yang dimana hal ini akan menunjukkan sikap seseorang terhadap dirinya sendiri baik itu dalam hal positif maupun negatif.

Baron & Byrne juga menjelaskan bahwa harga diri sering kali diukur sebagai peringkat dalam dimensi yang bernilai negatif hingga hal ini dianggap ideal dengan konsep diri yang sebenarnya, maka semakin besar perbedaan antara konsep diri yang ideal dengan sebenarnya maka semakin rendah pula harga diri seorang individu. Taylor (2009) mengatakan bahwa harga diri adalah hasil evaluasi tentang diri kita sendiri kita tidak hanya menilai seperti sendiri tetapi juga menilai kualitas yang ada pada diri kita sendiri.

Daniyo (2011) mengatakan bahwa Harga diri (Self Esteem) adalah sebuah kemampuan yang dimiliki seseorang agar dapat melakukan penghargaan terhadap diri sendiri. Kemampuan dalam menghargai diri sendiri tidak bisa dilepaskan dari kemampuan dalam menerima diri sendiri karena bila individu mampu menerima dirinya sendiri maka ia pun dapat menghargai dirinya sendiri dengan baik. Kemampuan untuk dapat menghargai diri sendiri bergantung pada kemampuan seseorang dalam memandang, menganalisa, mengevaluasi dan juga menilai dirinya sendiri.

Frey dan Carlock (dalam Gandaputra, 2009) mengatakan bahwa harga diri adalah sebuah penilaian terhadap dirinya sendiri baik itu secara positif ataupun negatif, perasaan bahwa dirinya mampu, berarti dan sukses, yang dimana hal ini selanjutnya akan menentukan perilakunya terhadap orang lain. Menurut Guindon (dalam Setyarini & Atamimi, 2011) Harga diri (*Self Esteem*) adalah suatu sikap, komponen evaluative terhadap diri sendiri dan juga sebuah penilaian yang afektif terhadap konsep diri yang didasari atas penerimaan diri dan perasaan berharga yang kemudian dapat berkembang dan juga diproses sebagai kesadaran atas diri sendiri.

Berdasarkan dari beberapa teori diatas yang telah dipaparkan mengenai Harga diri (self esteem) maka dapat disimpulkan bahwa harga diri (self esteem) adalah sebuah evaluasi yang dibuat oleh seorang individu terhadap dirinya sendiri dan menentukan apakah dirinya bernilai positif ataupun negatif yang dimana hal tersebut tergantung dari penilaian ataupun pandangan dari individu itu sendiri.

### 2.2.2 Aspek-Aspek Harga Diri

Coopersmith (Ginting, 2014) mengemukakan ada tiga aspek harga diri, yaitu:

a. Rasa Diterima

rasa ini berupa. Seseorang merasa diterima menjadi bagian dari suatu kelompok dan dihargai diterima oleh kelompok lain. Seseorang akan merasa harga dirinya tinggi jika disuatu tempat atau kelompok dia diterima dan dapat bersosialisasi dengan yang lainnya.

b. Rasa Mampu

mampu untuk melakukan sesuatu yang penting dan berharga untuk mencapai suatu kemajuan. Dengan pencapaian itu seseorang akan merasa lebih percaya diri dan

harga dirinya naik karena apa yang ia kerjakan berjalan dan mampu dicapai.

c. Rasa dibutuhkan

jika seseorang merasa berharga dan dibutuhkan maka ia akan merasa harga dirinya naik karena pada dasarnya ciri-ciri harga diri itu adalah didapat dibutuhkan dan dihargai

Coopersmith (Murk 2006) memaparkan mengenai aspek-aspek tentang harga diri yang terdiri dari 4 aspek yaitu :

a. Kekuatan

Kekuasaan atau yang biasa di kenal dengan *power* adalah sebuah perilaku yang merujuk pada adanya kemampuan seseorang untuk dapat mengukur dan juga mengontrol tingkah laku agar mendapatkan pengakuan dari orang lain. Kekuasaan sendiri biasanya didapatkan dari kekuatan yang dinyatakan dengan pengakuan dan penghormatan yang diterima oleh seorang individu dari orang lain. Kesuksesan sebuah kekuasaan biasanya dapat diukur dari kemampuan individu dalam mempengaruhi arah tindakan dan mengendalikan perilaku sendiri dan juga orang lain. Kekuasaan sendiri dapat membuat seseorang merasa memiliki harga diri yang baik sehingga menjadi dirinya merasa dihargai sehingga menjadi dirinya merasa dihargai sehingga ia dapat menyalurkan kekuasaan yang dimilikinya kearah negatif. Kekuasaan sendiri dapat meliputi penerimaan, perhatian dan juga perasaan menang terhadap orang lain.

b. Keberartian

Keberartian adalah sebuah kepedulian, perhatian, afeksi dan juga ekspresi dari rasa cinta seseorang yang dapat diterima oleh individu dengan orang lain yang dapat menunjukkan adanya penerimaan dari lingkungan sosialnya. Penerimaan di lingkungan sendiri ditandai dengan adanya sebuah kehangatan, respon yang baik dari lingkungan, dan juga adanya rasa ketertarikan terhadap lingkungan dan dapat menyukai individu sesuai dengan keadaan dirinya yang sebenarnya. Hal tersebut merupakan sebuah penghargaan terhadap orang lain.

Penerimaan dan juga perhatian dapat dilihat dari pemberian dorongan dan juga semangat yang diberikan ketika individu membutuhkan dan mengalami masa-masa sulit, menunjukkan ketertarikan terhadap sebuah gagasan dan kegiatan, memperlihatkan ekspresi kasih sayang dan juga persaudaraan, disiplin dan juga sifat sabar. Semakin banyakk seorang individu menerima kasih sayang maka ia akan merasa semakin berarti dan juga berharga dan apa bila ia jarang mendapatkan kasih sayang dan juga stimulasi positif maka ia akan merasa ditolak dan ia akan menarik dirinya dari lingkungan sosialnya.

c. Kebajikan

Kebijakan adalah sebuah ketaatan yang dimiliki seorang individu untuk dapat mengikuti standar moral dari suatu agama yang dimana ia akan menjauhi tingkah laku yang dilarang dan juga menyimpang dari norma-norma agama yang ada. Seorang individu yang taat terhadap nilai moral, agama dan juga etika akan dianggap sebagai seorang individu yang memiliki sikap yang positif dan

patut untuk ditiru yang dimana artinya seseorang telah mengembangkan self esteem positif yang ada pada dirinya.

Ketika seseorang melakukan sebuah kesalahan yaitu melanggar norma, melanggar etika dan juga perintah agama yang ada maka seorang tersebut tentu saja akan dipandang sebagai individu yang buruk oleh masyarakat luas. Sehingga seseorang yang telah melanggar etika, moral dan juga perintah agama tersebut tentu saja akan merasa sangat malu dan merasa tidak memiliki harga diri karena masyarakat akan menganggapnya sebagai individu yang buruk.

d. Kemampuan

Kemampuan sendiri merupakan suatu hal yang menunjukkan pada performa tinggi yang dimiliki seseorang individu dalam mencapai kebutuhannya dibidang prestasi yang dimana tugas-tugas yang diberikan tergantung pada rentang usianya sendiri. Harga diri sendiri dapat meningkat menjadi lebih tinggi ketika seorang individu dapat mengetahui apa saja tujuan kedepannya. Seseorang yang telah menyelesaikan kewajibannya dengan baik akan memiliki harga diri yang tinggi sehingga dapat membuatnya merasa bahwa dirinya mampu memaksimalkan dan mengembangkan kemampuannya agar bisa mencapai tujuannya.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek didalam harga diri yang dikemukakan oleh para ahli diatas, maka dapat disimpulkan bahwa ada beberapa aspek terkait dengan harga diri yang dimiliki oleh individu meliputi : rasa diterima, rasa mampu, rasa dibutuhkan serta selain itu ada aspek tambahan meliputi, yaitu kekuasaan, keberartian, kebijakan dan kemampuan.

### 2.2.3 Faktor-Faktor Harga Diri

Sedangkan menurut Sarwono (2012) menyebutkan bahwa faktor-faktor yang harga diri, yaitu

a. Dukungan Lingkungan Keluarga

Keluarga merupakan lingkungan pertama yang mengasuh dan mendidik remaja serta menjadi tempat sosialisasi bagi remaja perlakuan adil, pemberian kesempatan untuk aktif dan pendidikan yang di dapat pada remaja yang memiliki harga diri yang tinggi.

b. Dukungan Lingkungan Sosial

Lingkungan sosial tempat individu mempengaruhi bagi pembentukan harga diri. Individu mulai menyadari bahwa dirinya berharap sebagai individu dengan lingkungannya kehilangan kasih sayang, penghinaan, dan dijauhi teman sebaya akan menurunkan harga diri. Sebaliknya pengalaman, keberhasilan, persahabatan, dan kemasyuran akan meningkatkan harga diri.

c. Faktor Psikologis

Penerimaan diri atau penghargaan individu tersebut kepimikiran tentang dirinya yang lebih kuat dan mendalam dan pembentukan harga diri, sehingga individu untuk dapat menentukan arah dirinya pada saat mulai memasuki hidup bermasyarakat sebagai anggota masyarakat yang sudah dewasa.

d. Jenis kelamin Perbedaan

Jenis kelamin mengakibatkan terjadinya perbedaan dalam pola berpikir, cara berpikir dan bertindak antara laki-laki dan perempuan. Keadaan ini dimungkinkan melihat cara perlakuan orang tua dan harapan masyarakat yang berbeda pada kedua jenis kelamin.

Sedangkan menurut Coopersmith (Murk,2006) faktor yang mempengaruhi harga diri terdiri:

a. Penerimaan atau penghinaan terhadap diri

Individu yang merasa dirinya berharga akan memiliki penilaian yang lebih baik atau positif terhadap dirinya dibandingkan dengan individu yang tidak seperti itu. Individu dengan harga diri yang baik akan mampu menghargai dirinya sendiri, menerima diri, dan tidak menganggap rendah dirinya. Sebaliknya individu dengan harga diri rendah umumnya akan menghindari persahabatan, cenderung menyendiri, dan tidak puas akan dirinya.

b. Kepemimpinan atau Popularitas

Seseorang mendapatkan validasi atas penilaian atau keberartian dirinya ketika ia menunjukkan perilaku yang sesuai dengan ekspektasi lingkungannya. Salah satu contohnya adalah pada lingkungan persaingan. Dalam lingkungan persaingan, individu dapat membuktikan seberapa besar kepemimpinan dan kepopulerannya.

c. Keluarga atau Orangtua

Keluarga dan orang tua memiliki porsi terbesar dalam faktor dalam mempengaruhi harga diri karena keluarga merupakan modal pertama dalam proses imitasi. Alasan lainnya karena perasaan dihargai oleh keluarga merupakan nilai penting dalam perkembangan harga diri.

d. Keterbukaan diri dan Kecemasan

Keterbukaan diri dan kecemasan individu yang memiliki keterbukaan diri dengan lingkungan secara positif akan berpengaruh pada harga diri, individu cenderung menerima keyakinan, nilai – nilai, sikap dan moral dari orang lain maupun dari lingkungan orang lain jika dirinya diterima dan dihargai.

Sebaliknya seseorang akan mengalami kekecewaan bila ditolak oleh lingkungannya.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi harga diri, yaitu penerimaan diri atau penghinaan terhadap diri, kepemimpinan atau popularitas, keluarga dan orang tua, keterbukaan diri dan kecemasan, lingkungan keluarga, lingkungan sosial, lingkungan psikologis, dan jenis kelamin.

## 2.3 Toxic Relationship

### 2.3.1 Pengertian Toxic Relationship

Dr.Lilian Glass (2015) menjelaskan bahwa *Toxic relationship* merupakan segala jenis hubungan dimana orang tidak saling mendukung, banyak terjadi konflik, adanya pihak yang berusaha melemahkan pihak lainnya, penuh persaingan, kurang adanya kekompakan, dan tidak ada rasa hormat dan saling menghargai didalamnya. *Toxic relationship* dapat terjadi dan ditemui diberbagai macam hubungan, seperti hubungan pekerjaan, pertemanan, percintaan bahkan hubungan keluarga sekalipun. Hubungan yang tidak sehat dapat menyebabkan buruknya kesehatan mental bagi seseorang yang berada didalamnya.

Menurut Solferino dan Tessitore 2019 (Adelwys dan Chatarina) mengatakan bahwa hubungan *toxic* merupakan hubungan yang beracun yang dirasakan oleh seseorang dan dapat memberikan dampak secara fisik dan emosional. Menurut J.A.Mc (2018) bahwa *toxic relationship* dapat diartikan sebagai keadaan dalam suatu hubungan yang didalamnya ditandai perilaku secara emosional yang dilampiaskan kepada seseorang yang kemudian dapat melukai fisik pasangannya. Ada beberapa hal yang dapat

dilihat apabila seseorang sedang mengalami *toxic relationship* diantaranya yaitu. Adanya rasa kurang percaya pada pasangan, adanya kekerasan untuk mengikat pasangan agar selalu bersama, adanya perasaan emosi dan agresif, penuh manipulasi, serta banyak kebohongan dalam hubungan tersebut.

Menurut Very (2019) *toxic relationship* adalah hubungan yang tidak sehat bagi diri sendiri dan juga orang lain. Hubungan yang beracun dapat menyebabkan seseorang sulit menjalani hidup sehat dan produktif. Seseorang yang berada dalam hubungan tidak sehat akan merasakan konflik internal. Konflik batin tersebut dapat menyebabkan kecemasan, kemarahan atau depresi. Hubungan yang beracun biasanya didalamnya terdapat kekerasan fisik, dan kekerasan emosional dan kekerasan seksual.

*Toxic relationship* menurut Dewi Inra, dkk (2020) merupakan hubungan yang memiliki tanda-tanda yang khas yaitu seringkali adanya kemarahan, ketidakhahagiaan, frustrasi, gangguan yang dilakukan pada seseorang dan menimbulkan ketidaknyamanan secara psikologis.

Dari penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa *toxic relationship* merupakan hubungan yang tidak sehat, dimana terdapat adanya dominasi dari salah satu pihak yang mengakibatkan pihak lainnya merasa dirugikan, tidak nyaman dan ditandai dengan adanya pelecehan secara fisik, seksual atau emosional.

### 2.3.2 Karakteristik Toxic Relationship

Menurut Jill Murray (2007) tanda-tanda *toxic relationship* apabila didalamnya terdapat kekerasan. Kekerasan tersebut dibagi menjadi tiga bentuk, yaitu :

a. Adanya kekerasan secara verbal dan emosional

Kekerasan emosional dapat diartikan sebagai perilaku non-fisik yang dilakukan untuk merendahkan, menundukkan, mengontrol, menghukum, mengintimidasi dan mengisolasi orang lain melalui penghinaan, ketakutan serta adanya penyerangan dalam bentuk verbal. Murray beranggapan bahwa adanya kekerasan secara emosional dan verbal merupakan suatu tahap pertama dalam *toxic relationship*. Sebelum terjadinya kekerasan fisik dalam suatu hubungan, biasanya selalu ada sejarah panjang kekerasan secara verbal dan emosional terjadi didalamnya. Pelecehan verbal dan emosional adalah tahap awal dimana terjadinya kekerasan fisik atau seksual terjadi dalam *toxic relationship*. Kekerasan emosional dalam *toxic relationship* seperti adanya tindakan mengkritik secara terus menerus, tindakan mengintimidasi, adanya kekerasan verbal, manipulasi, mengisolasi pasangan dan tindakan mengontrol secara berlebihan.

Kekerasan emosional dan verbal dipandang oleh Murray sebagai jenis perilaku dan kontrol yang paling menghancurkan. Laki-laki menurunkan harga diri perempuan (pasangannya) dengan berbagai cara yang dilakukan seperti, mengatakan bahwa perempuan gila, menyalahkan perempuan atas segala kesalahan yang dilakukan laki-laki, mempermalukan didepan umum, menghancurkan barang-barang yang

berharga, menuduh perempuan serta mengancam dan mengintimidasi.

b. Kekerasan seksual

Kekerasan seksual merupakan segala bentuk perilaku yang tujuannya untuk mendominasi atau mengontrol dengan melakukan serangan secara seksual kepada orang lain atau pasangan. Perilaku seksual yang tidak diinginkan yang dilakukan oleh seseorang kepada orang lain merupakan pengertian kekerasan seksual secara lebih spesifik. Bentuk perilaku yang termasuk kedalam pelecehan seksual, yaitu melakukan sentuhan yang tidak diinginkan, ciuman yang tidak dikehendaki dan adanya pemerkosaan.

c. Kekerasan fisik

Biasanya kekerasan fisik terjadi pada fase terakhir dalam *toxic relationship*. Kekerasan fisik adalah segala bentuk tindakan yang mendapat mengakibatkan luka secara fisik yang dilakukan seseorang kepada orang lain. Hubungan yang terdapat kekerasan fisik didalamnya ada sejarah panjang terkait pelecehan secara verbal dan emosional akan pelecehan dibalikinya.

d. Kekerasan pembatasan aktivitas

Kekerasan pembatasan aktivitas juga banyak dilakukan pasangan terhadap perempuan dalam hubungan pacaran, seperti pasangan terlalu bersikap posesif, banyak mengekang, selalu mengatur apapun yang berkaitan dengan kegiatan yang akan dilakukan oleh perempuan, mudah mengancam, mudah marah dan selalu merasa curiga.

Riani (2021) mengemukakan bahwa tanda-tanda yang didapat dilihat dalam *toxic relationship* yaitu :

a. Selalu dikontrol oleh pasangan

Tanda yang terlihat jelas jadi adalah salah satu pihak selalu berupaya untuk mengontrol pihak lainnya. Perilaku *toxic relationship* memiliki kecenderungan untuk memaksakan kehendaknya dan apapun yang korban lakukan merupakan atas perintah dirinya meskipun diluar keinginan korban.

b. Sulit menjadi diri sendiri

Karena terlalu dikontrol, korban *toxic relationship* tidak dapat menjadi diri sendiri. Korban akan selalu bertindak sesuai dengan apa yang pelaku atau pasangan inginkan. Bahkan untuk mengeluarkan pendapat saja korban akan berfikir berulang-ulang karena memiliki ketakutan apa yang dirinya lakukan akan menjadi kesalahan bagi pasangannya.

c. Tidak mendapat dukungan

Pada hubungan yang sehat pasangan akan saling memberikan dukungan. Namun, pada *toxic relationship* setiap pencapaian yang diperoleh akan dianggap menjadi sebuah kompetisi. Perilaku *toxic relationship* biasanya merasa kurang suka apabila pasangannya berhasil mencapai sesuatu yang membanggakan. Alih-alih mendapat apresiasi atau dukungan, korban *toxic relationship* malah mendapat kritik yang tidak membangun dan perkataan kasar yang cenderung menghamburkan kesuksesan korban dan membuatnya menjadi rendah.

d. Selalu dicurigai dan dikekang

Dalam hubungan antar pasangan tentu saja ada rasa cemburu didalamnya yang sebenarnya merupakan reaksi normal sebagai bentuk kepedulian. Namun, apabila hal itu dilakukan secara berlebihan, tentu saja akan membuat hubungan tersebut menjadi *toxic*. Terlebih apabila pelaku *toxic relationship* melakukan hal ekstrem dengan menyita handphone pasangannya atau melakukan hal negatif pada seseorang yang dicemburuinya. Hubungan juga dapat dikatakan *toxic* apabila pasangan terlalu posesif. Pelaku selalu ingin tahu tentang segalanya yang pasangannya lakukan, pelaku akan marah apabila pesan singkatnya tidak segera dijawab, melarang pasangan dari hal-hal kecil seperti memakai salah satu jenis pakaian, menggunakan kosmetik, melarang berpergian dengan teman-teman dan lainnya.

e. Banyak kebohongan

*toxic relationship* juga ditandai dengan adanya tindakan menipu dan kebohongan untuk menutupi banyak hal yang dilakukan oleh pelaku. Dalam hubungan ini tidak menjunjung tinggi prinsip kejujuran antar satu dan lainnya.

f. Adanya kekerasan fisik

Hubungan juga dapat dikatakan *toxic* apabila ada kekerasan fisik didalamnya. Pasangan yang tidak sehat secara emosional cenderung akan “main tangan” apabila terjadi perselisihan dalam hubungan diantara mereka. Orang yang berada dalam *toxic relationship* berpotensi kehilangan kebahagiaan dan rasa percaya diri. Hal tersebut dapat berdampak buruk bagi kesehatan fisik maupun mental.

g. *Gaslighting*

*Gaslighting* merupakan bentuk pelecehan psikologis pada saat seseorang atau kelompok membuat orang lain mempertanyakan ingatan atau kewarasan sendiri. Seseorang mengalami *gaslighting* sering kali merasa cemas, bingung, dan tidak dapat mempercayai dirinya sendiri. Seseorang dapat dianggap mengalami *gaslighting* ketika dirinya merasa bingung dan menebak-nebak sendiri, sering mempertanyakan apakah mereka terlalu sensitif, merasa sulit untuk membuat keputusan yang sederhana, menjadi pendiam atau pribadi yang tidak ramah, terus menerus meminta maaf pada orang yang melakukan kekerasan, membela setiap perilaku orang yang melakukan pelecehan, merasa tidak berharga, dan melakukan kebohongan pada keluarga atau teman untuk menghindari keharusan membuat alasan untuk mereka.

Menurut Tony (2021) tanda-tanda *toxic relationship* yaitu sebagai berikut :

- a. Apabila hubungan yang dijalankan membuat sifat aslinya pada individu menghilang.
- b. Hubungan yang didalamnya penuh ejekan, sarkasme, tindakan manipulasi, merusak kepercayaan diri seseorang, menyalahgunakan rasa bersalah dan mengontrol seseorang dalam bentuk menentukan keputusan.
- c. Apabila hubungan yang dijalani membuat salah satu pihak banyak merasakan kesedohan dan kekecewaan.
- d. Merasakan kebahagiaan yang bersifat sementara dalam hubungan yang dijalaninya.
- e. Apabila satu dua orang pada saat bersama, mereka banyak merasakan penderitaan dibanding kegembiraan.
- f. Adanya sikap mempertahankan hubungan meskipun sebenarnya salah satu pihak merasa sangat terbebani.

Menurut Astrid (2019) tanda-tanda *toxic relationship* yaitu :

a. Adanya persaingan yang tidak sehat antar pasangan

Persaingan yang dimaksud adalah apabila dalam hubungan, orang yang terlibat didalamnya berlomba-lomba saling mencatat kesalahan satu sama lain. Persaingan semacam itu biasanya memunculkan rasa bersalah dan mengungkit cerita masalah untuk memanipulasi pasangan agar dirinya merasa tidak enak pada masa sekarang. Hubungan penuh dengan persaingan seperti ini, apabila berlangsung dengan waktu yang lama hanya akan menghabiskan energi semua orang yang berada didalamnya, untuk membuktikan siapa yang tidak bersalah. Hubungan yang seperti ini pasangan tidak berfokus untuk menyelesaikan masalah yang terjadi.

b. Munculnya sikap agresif

Apabila terjadi masalah dalam hubungan salah satu pihak lebih memilih diam dalam waktu yang lama atau terus menerus memberikan sindiran pada salah satu pihak, tidak mengatakan apa yang terjadi secara langsung sehingga membuat pihak lainnya merasa tidak nyaman. Sikap agresif dalam suatu hubungan menunjukkan bahwa orang-orang didalamnya tidak menjalin komunikasi yang baik satu sama lain.

c. Adanya sikap suka mengancam pasangan

(1) Menyalahkan pasangan atas emosi yang dirasakan

(2) Tidak segera menyelesaikan masalah yang terjadi dalam hubungan, malah mengalihkan kepada sesuatu yang menyenangkan misalnya, mengajak pasangan berlibur, memberikan barang-barang yang disukai.

(3) Adanya sikap cemburu berlebihan yang mengatasnamakan cinta dan perilaku mengendalikan pasangan.

- (4) Salah satu pihak tidak memberikan dan menghormati privasi pihak lainnya.
- (5) Menjauh dari lingkungan pekerjaan, teman dan keluarga.
- (6) Terlalu pencemburu dan mengendalikan kehidupan salah satu dalam suatu hubungan.
- (7) Berperilaku tidak setia
- (8) Mengirim pesan yang isinya sebuah ancaman
- (9) Menekan atau memaksa untuk melakukan sesuatu yang tidak disukai
- (10) Memberikan ancaman melakukan sesuatu yang berbahaya apabila salah satu pihak meinggalkan atau mengakhiri hubungan.

### **2.3.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya *Toxic Relationship***

Menurut *world report on Violence and Health* Genti dan Erin (2002) berpendapat bahwa faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya *toxic relationship* adalah faktor yang berasal dari individual yaitu adanya kekerasan yang terjadi dalam lingkungan keluarga, penggunaan obat-obatan terlarang, alkohol, faktor gangguan kepribadian, faktor yang disebabkan oleh pasangan itu sendiri (permasalahan dalam hubungan) dan faktor komunitas.

Menurut Novi dan Gilang (2021) penyebab atau faktor terjadinya *toxic relationship* :

- a. Ketika seseorang mengalami trauma psikis yang kemudian dirinya terdorong untuk membalas dendamnya kepada orang lain.
- b. Faktor keinginan untuk melampiaskan emosi yang dirasakan yang tidak pernah disalurkan dengan baik.

Berdasarkan terosi diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan *toxic relationship* berasal dari adanya kekerasan yang terjadi didalam lingkungan, penggunaan obat terlarang, faktor gangguan kepribadian dan faktor oleh pasangan sendiri dan sebagai tambahan yang menjadi penyebab adalah seseorang yang mengalami trauma psikis dan faktor keinginan untuk melampiaskan emosi.

#### **2.4 Hubungan antara dukungan sosial dengan harga diri pada wanita dewasa awal yang mengalami toxic relationship.**

Masa dewasa awal sering dianggap sebagai masa transisi dari remaja menuju dewasa, periode ini sering dianggap penting dalam proses perkembangan kehidupan kita, karena memiliki peran yang cukup penting dalam pembentukan kepribadian kita dikemudian hari. Perkembangan dewasa awal merupakan periode akhir remaja menuju dewasa awal yang berkisar pada usia 18-25 tahun (Batara & Kristianingsih, 2020).

Dewasa awal adalah masa dimana individu siap berperan dan bertanggung jawab serta menerima kedudukan dalam masyarakat, masa untuk bekerja, terlibat dalam hubungan sosial masyarakat dan menjalin hubungan dengan lawan jenis. Menjalinkan hubungan dengan lawan jenis sangat perlu dan penting bagi dewasa awal dalam upaya menyelesaikan tugas perkembangannya, agar dalam kehidupannya tidak mengalami masalah dan merasa bahagia menjalani kehidupan yang akan dijalani selanjutnya.

Dalam penelitian Romayan Sidabutar,dkk (2024) dukungan sosial memberikan rasa aman dan keterhubungan yang sangat diperlukan dalam kondisi yang penuh tekanan. Dukungan sosial dapat membantu individu yang merasa terjebak dalam hubungan yang beracun untuk mempertahankan harga diri mereka. Ini karena dukungan dari lingkungan sosial dapat memberikan

validasi terhadap nilai diri, menurunkan stres, dan menawarkan perspektif yang lebih positif.

Tidak semua orang dapat merasakan indahnya menjalin hubungan romantic dan tidak jarang dari mereka bahkan merasa takut dan juga merasa tidak dihargai oleh pasangannya sendiri/tidak sedikit dari mereka yang sering mendapatkan tindakan kekerasan dari pasangan baik secara verbal ataupun fisik dan hal ini sering terjadi dalam sebuah hubungan yang dimana hal tersebut dilakukan secara sengaja oleh pasangannya.

Murray (2007) menjelaskan factor yang mempengaruhi *toxic relationship* ada beberapa factor yang berkontribusi terhadap kekerasan dalam pacaran pada dewasa awal, yaitu penerimaan teman sebaya, harapan peran gender, kurangnya pengalaman secara umum, lingkungan sosial, jarang berhubungan dengan pihak yang lebih tua, sedikit akses kelayakan masyarakat, legalitas, dan menggunakan obat-obatan.

Harga diri merupakan salah satu cara untuk membentuk konsep diri yang akan memiliki pengaruh yang luas terhadap sikap dan perilaku seseorang Khasanah et al., (2019). Harga diri mencakup pengakuan terhadap orang lain harga diri bukanlah factor sejak lahir, melainkan faktor pembelajaran dan pembentukan pengalaman diri menurut Widodo (2013).

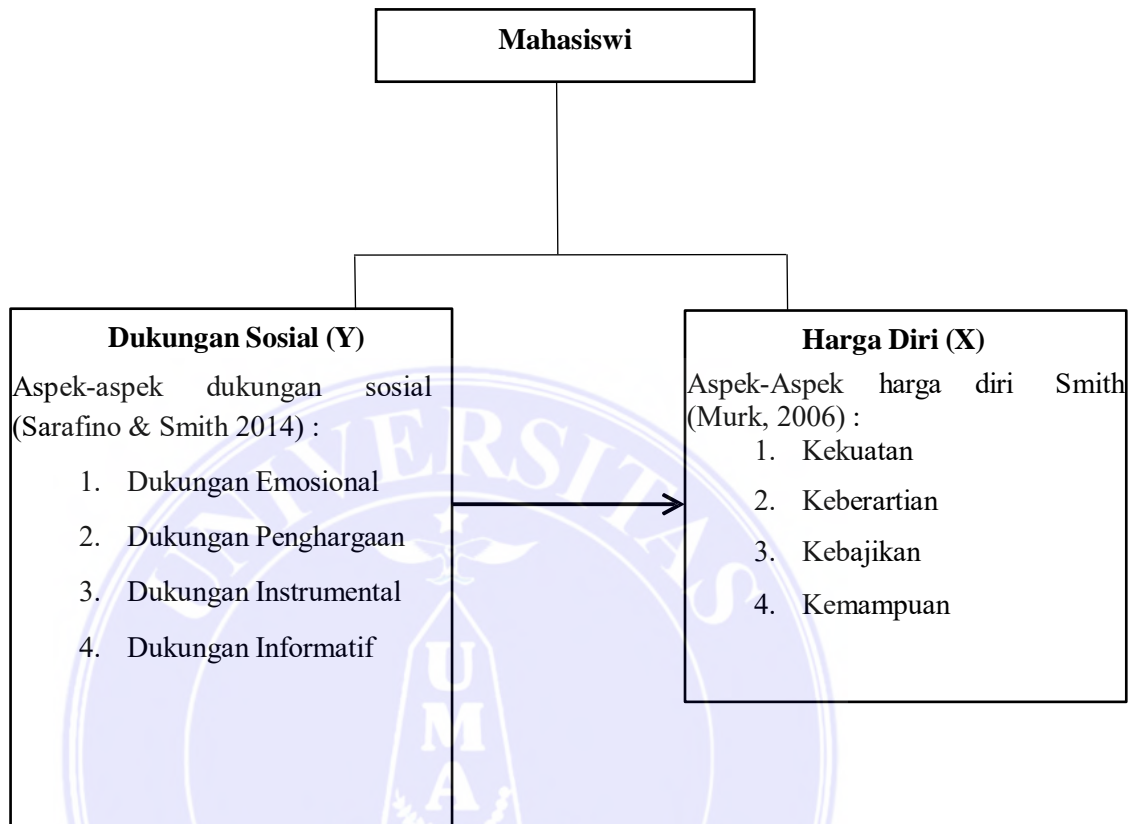
Lingkungan sosial tempat individu mempengaruhi bagi pembentukan harga diri. Dukungan social adalah pemberian bantuan berupa informasi baik verbal atau nonverbal, tingkah laku atau materi melalui hubungan sosial yang akrab atau hanya disimpulkan dari keberadaannya yang membuat seseorang merasa diperhatikan, bernilai, dan dicintai. Dukungan sosial sebagai pertolongan dan dukungan yang diperoleh seseorang dari interaksinya dengan

orang lain, oleh sebab itu ada beberapa sumber dukungan social yaitu dari keluarga, shabat atau teman, dan masyarakat menurut Rustanto (2014).

Dari fenomena-fenomena yang telah dipaparkan dan dijelaskan diatas maka dapat diketahui bahwa fenomena tersebut sangatlah berbanding terbalik dengan definisi pacaran yang dimana pacaran merupakan hubungan yang dijalankan oleh dua orang dengan tujuan saling mengenal, membangun, memberi support terhadap pasangannya agar tercapai dan juga dapat merasakan dihargai oleh pasangannya.

Berdasarkan paparan diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial yang positif dan konsisten dapat meningkatkan harga diri seseorang. Ketika seseorang merasa didukung dan dihargai oleh lingkungannya seseorang tersebut cenderung merasa lebih percaya diri dan memiliki pandangan yang lebih positif terhadap dirinya, dukungan yang positif dapat memperkuat keyakinan seseorang untuk merasa berharga dan layak mendapatkan penghargaan. Dukungan sosial juga dapat mencegah penurunan harga diri yang sering terjadi dalam suatu hubungan yang toxic, ketika mengalami stress diakibatkan *toxic relationship* dukungan dari orang lain dapat memberikan rasa aman dan validasi yang dapat membantu mempertahankan harga diri. Seperti dukungan emosional dari orang terdekat dapat mengurangi perasaan kesepian, isolasi dan ketidakberhargaan. Sebaliknya, kurangnya dukungan sosial dapat memperbutuk perasaan negative dan menurunkan harga diri.

## 2.5 Kerangka Konseptual



**Tabel 2. 1 Kerangka Konseptual**

## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### 3.1 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Kampus 1 di Jl. H. Agus Salim Siregar, Kenangan Baru, Kec. Medan Tembung, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara 20223. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 08 Agustus 2023 sampai 11 Agustus 2023.

*Tabel 3. 1 Jadwal Pelaksanaan Penelitian*

No	Tanggal Penelitian	Keterangan
1	01 Agustus 2023	Penulis melengkapi Perihal Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan data Tugas Akhir Di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
2	02 Agustus 2023	Surat Izin penelitian dikeluarkan dari pihak fakultas Psikolgi Universitas Medan Area
03	02 Agustus 2023	Penulis memberikan surat izin penelitian kepada pihak SDM dan Administrasi keuangan Universitas Medan Area
04	04 Agustus 2023	Penulis melakukan Try Out untuk mendapatkan sampel
05	08 Agustus 2023	Penyebaran skala penelitian terhadap sampel.
06	18 Januari 2024	Seminar hasil penelitian

### **3.2 Bahan dan Alat Penelitian**

#### **3.2.1 Bahan**

Bahan yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan kertas penyebaran kuesioner (skala) kepada subjek dan pulpen untuk menulis jawaban dilembaran kuesioner (skala).

#### **3.2.2 Alat**

Alat yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan kuesioner berupa skala yang digunakan sebagai alat pengumpulan data dan disebarkan kepada para subjek penelitian.

### **3.3 Metodologi Penelitian**

Dalam penelitian ini, metode yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif yang digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2018). Adapun dalam penyusunan penelitian ini penulis menggunakan metode korelasional dengan tujuan mengetahui hubungan antara dua variabel penelitian (Sugiyono, 2018)

### **3.4 Identifikasi Variabel Penelitian**

Menurut sugiyoni (2021) mendefenisikan bahwa variable penelitian ialah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi kemudian ditarik suatu kesimpulan.

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari :

- a. Variabel (X) : Harga diri
- b. Variabel terikat (Y) : Dukungan sosial

### 3.5 Subjek Penelitian

#### 3.5.1 Populasi

Menurut Arikunto (2006) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah wanita dewasa awal yang berada di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Karakteristik dalam penelitian ini adalah wanita dewasa awal yang berusia 20-25 tahun yang sedang mengalami dan pernah mengalami *toxic relationship*, adapun populasi yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 512 wanita dewasa awal.

#### 3.5.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik oleh populasi (Sugiyono, 2018). penelitian ini menggunakan metode pengambilan sampel yaitu *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2018), *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Artinya, peneliti memilih siapa saja yang dijadikan sampel karena dianggap paling tahu atau paling memahami tentang hal yang sedang diteliti. Teknik ini tidak dilakukan secara acak, melainkan berdasarkan kriteria-kriteria khusus. Hasil yang diperoleh sebanyak 54 wanita dewasa awal yang pernah dan sedang mengalami *toxic relationship*.

#### 3.5.3 Teknik pengambilan sampel

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *Purposive Sampling*. Kriteria subjek pada penelitian yang digunakan yaitu:

1. wanita dewasa awal yang berusia 20-25 tahun,
2. sedang menjalani hubungan berpacaran dan mengalami *Toxic Relationship*

### 3.5.4 Metodologi pengumpulan data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode pengumpulan data berupa skala psikologis. Skala yang digunakan dalam penelitian ini ada dua jenis yaitu skala dukungan sosial dan skala harga diri. Sistem penelitian yang digunakan dalam kedua skala tersebut adalah didasarkan pada alternatif pilihan jawaban model skala *Likert*. Skala *Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugoyono, 2018).

### 3.6 Validitas dan Reliabilitas

Validitas merupakan sejauh mana kecermatan dan ketepatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Valid berarti bahwa instrument yang telah dibuat dapat digunakan untuk mengukur apa yang akan diukur (Sugiyono, 2018). Teknik yang digunakan untuk menguji validitas alat ukur adalah teknik analisis korelasi *product moment* yang akan diolah dengan menggunakan *software SPSS*.

Reliabilitas ialah sejauh mana pengukuran dari suatu tes terhadap konsisten setelah dilakukan berulang-ulang terhadap subjek dan dalam kondisi yang sama. Uji reliabilitas adalah sejauh mana hasil pengukuran dengan menggunakan objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama Sugiyono (2013). Uji Reliabilitas bertujuan agar dapat memperoleh instrument yang benar-benar dapat dipercaya. Reliabilitas alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik uji reliabilitas yang dikembangkan *Cronbach* yang disebut metode *Alpha Cronbach's*.

### 3.7 Metode Analisis data

Analisis data adalah kegiatan yang dilakukan peneliti setelah data dari seluruh responden terkumpul (Sugiyono, 2018). Metode analisis yang digunakan

dalam penelitian ini adalah analisis statistik inferensial. Proses analisis data dalam

penelitian ini menggunakan bantuan dari aplikasi program olah data statistik SPSS (Statistical Package for Social Science) 25.0 for Windows. Langkah-langkah dalam analisis data yang akan dilakukan pada penelitian ini adalah melakukan uji normalitas dan uji linearitas.

### 3.7.1 Uji Normalitas

Uji normalitas yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing-masing variabel telah menyebar secara normal. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan statistik yaitu Uji Kolmogorov-Smirnov.

### 3.7.2 Uji linearitas

Uji linearitas merupakan suatu prosedur yang digunakan untuk mengetahui status linear setidaknya suatu distribusi data penelitian (Riasi, 2006). Bila *sig* lebih kecil dari pada 0,05 berarti yang diteliti berbentuk linear. Untuk mengetahui apakah data dari variabel bebas memiliki hubungan yang linear dengan variabel terikat.

## 3.8 Prosedur Kerja

### 3.8.1 Persiapan Administrasi

Sebelum melakukan penelitian, penulis meminta izin surat penelitian serta pengambilan data kepada pihak Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang kemudian diajukan kepada Wakil Bidang Pendidikan, Penelitian, dan Pengabdian Kepada Masyarakat untuk melaksanakan penelitian serta pengambilan data di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang kemudian pihak Fakultas Psikologi Universitas Medan Area mengeluarkan surat dengan nomor surat 1438/UMA/B/01.7/VII/2023.

### 3.8.2 Persiapan Alat Ukur

Persiapan alat ukur yang dimaksud adalah persiapan alatukur yang nantinya akan digunakan. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala harga diri dan dukungan sosial.

#### a. Skala Dukungan Sosial

Skala Dukungan Sosial disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Sarafino & Smith (2014), yaitu Dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informative. Penilaian skala dukungan sosial berdasarkan pada format Skala Likert dengan 4 pilihan jawaban. Nilai skala setiap pertanyaan diperoleh dari jawaban subjek yang menyatakan mendukung (*Favorable*) atau tidak mendukung (*Unfavorable*) dengan 4 kategori pilihan jawaban, yaitu SS untuk (Sangat Setuju), S untuk (Setuju), TS untuk (Tidak Setuju), dan STS untuk (Sangat Tidak Setuju). Adapun bobot nilai yang diberikan untuk setiap pernyataan Favorable dimulai dari 4 sampai 1, yaitu nilai 4 untuk jawaban jawaban SS, nilai 3 untuk jawaban S, nilai 2 untuk jawaban TS, dan nilai 1 untuk menjawab STS. Sedangkan untuk pernyataan Unfavorable bobot nilainya yaitu SS memiliki nilai 1, S memiliki 2, TS memiliki nilai 3, dan STS memiliki nilai.

**Tabel 3. 2 Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala Dukungan Sosial sebelum Uji Coba**

No	Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1	Dukungan Emosional	1. ungkapan peduli 2. ungkapan rasa empati	1,2,5,7	2,4,6,8	8
2	Dukungan Penghargaan	1. ungkapan penghargaan positif 2. ungkapan serta dorongan untuk maju	9,10,11,13,15	10.12.14.16	8
3	Dukungan Instrumental	1. bantuan secara materi 2. bantuan secara langsung	17,19,21,23	18.20.22.24	8
4	Dukungan Informatif	1. pemberian nasehat dan saran 2. adanya kebersamaan dan rasa persahabatan	25,27,29,31	26,28,30,32	8
	<b>total</b>		<b>16</b>	<b>16</b>	<b>32</b>

#### b. Skala Harga Diri

Skala harga diri disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Smith (Murk, 2006) yaitu : kekuatan, keberartian, kebajikan dan kemampuan. Penilaian skala harga diri berdasarkan format skala Likert dengan 4 pilihan jawaban. Nilai skalasetiap pernyataan diperoleh dari jawaban subjek yang menyatakan mendukung (*Favorable*) atau tidak mendukung (*Unfavorable*) dengan kategori 4 pilihan jawaban, yaitu SS untuk (Sangat Setuju), S untuk (Setuju), TS untuk (Tidak Setuju), dan STS untuk (Sangat Tidak Setuju). Adapun bobot nilai yang diberikan untuk setiap pernyataan Favorable dimulai dari 4 sampai 1, yaitu nilai 4 untuk jawaban jawaban SS, nilai 3 untuk jawaban S, nilai 2 untuk jawaban TS, dan nilai 1 untuk menjawab STS. Sedangkan untuk

pernyataan Unfavorable bobot nilainya yaitu SS memiliki nilai 1, S memiliki 2, TS memiliki nilai 3, dan STS memiliki nilai 4.

**Tabel 3. 3 Distribusi Penyebaran Butir-Butir pernyataan Skala Harga Diri sebelum Uji coba**

No	Aspek	Indikator	Aitem		Total
			Favorable	Unfavorable	
1	Kekuatan	1. Mampu mengatur dan mengontrol tingkah laku 2. Dihormati serta memiliki pendapat yang dapat diterima orang lain	1,2,5,7	2,4,6,8	8
2	Keberartian	1. Menerima kepedulian, perhatian afeksi dan ekspresi cinta dari orang lain 2. Memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri	9,10,11,13,15	10.12.14.16	8
3	Kebajikan	1. Taat mengikuti etika norma 2. Taatmengikutistandart moralyangharus dihindari dan dilakukan	17,19,21,23	18.20.22.24	8
4	Kemampuan	1. Mampu untuk sukses 2. Mengerjakan tugas dengan baik dan benar	25,27,29,31	26,28,30,32	8
<b>Total</b>			<b>16</b>	<b>16</b>	<b>32</b>

## V. SIMPULAN DAN SARAN

### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dengan metode analisis korelasi *product moment*, maka hal-hal yang dapat penulis simpulkan adalah :

- 1) Berdasarkan hasil penelitian, diketahui nilai signifikansi  $p = 0,001 < 0,05$ , yang berarti ada hubungan antara dukungan sosial dan harga diri pada wanita dewasa awal yang mengalami *toxic relationship* di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, dengan koefisien determinan ( $r^2$ ) sebesar 0,199 dan sumbangsih sebesar 19,9%.

Berdasarkan perhitungan kategorisasi diketahui dukungan sosial mean hipotetik adalah 75 dan mean empirik adalah 56,96, dimana selisih mean hipotetik dan empirik melebihi SD yakni 8,681 sehingga dikatakan dukungan sosial tergolong rendah. Pada harga diri, mean hipotetik adalah 75 dan mean empirik adalah 57,74 dimana selisih mean hipotetik dan empirik melebihi SD yakni 10,573 sehingga dikatakan harga diri tergolong rendah.

## 5.2 Saran

### 5.2.1 Bagi Subjek Penelitian

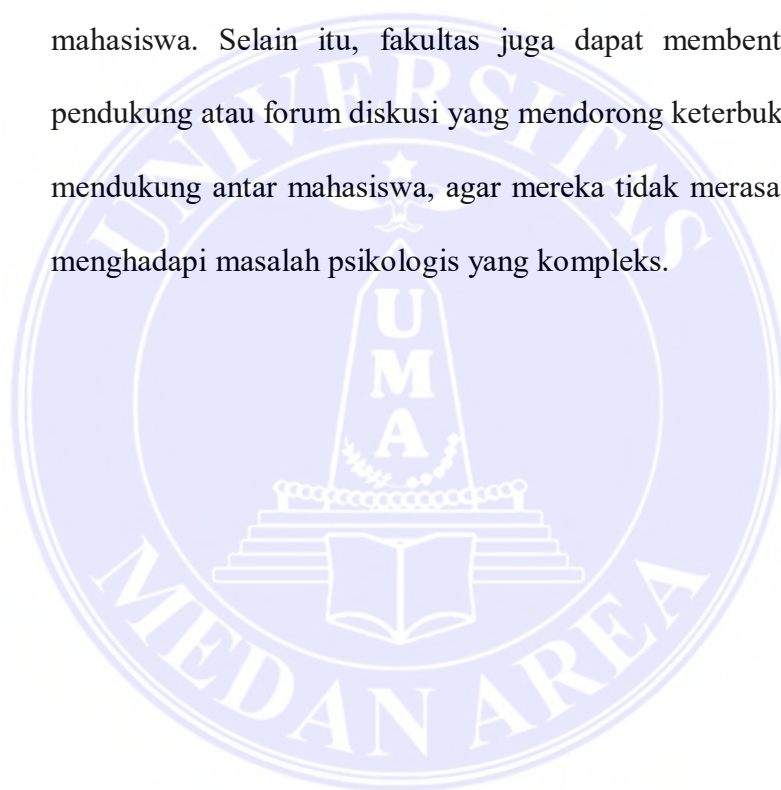
Bagi wanita dewasa awal di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang cenderung mengalami toxic relationship, disarankan untuk meningkatkan dukungan sosial dan memperkuat harga diri. Salah satu caranya adalah dengan lebih terbuka dalam bercerita kepada orang-orang terdekat agar dukungan yang diberikan lebih sesuai dan bermakna. Dukungan yang dibutuhkan tidak hanya bersifat emosional, tetapi juga dalam bentuk penghargaan (esteem support) untuk memvalidasi bahwa subjek telah berusaha mengatasi permasalahan yang dialami. Selain itu, disarankan pula untuk mencari dukungan informasi, seperti berkonsultasi dengan ahli atau pihak profesional, guna memperoleh panduan dalam menangani situasi yang sulit. Subjek juga diharapkan mampu mengambil tindakan positif agar tidak kembali terjebak dalam hubungan yang tidak sehat.

### 5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan topik serupa, disarankan untuk menggunakan metode penelitian lain yang dapat menggali lebih dalam pengalaman subjek, seperti metode kualitatif atau mixed method. Selain itu, peneliti selanjutnya juga dapat menambahkan variabel lain yang berkaitan, seperti kepercayaan diri, resiliensi, atau regulasi emosi, yang dapat memperkuat hubungan antara harga diri dan dukungan sosial. Penelitian selanjutnya juga diharapkan dapat mengambil sampel dari populasi yang lebih luas dan beragam, agar hasil penelitian lebih generalisasi.

### 5.2.3 Bagi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

Fakultas Psikologi Universitas Medan Area diharapkan dapat menyediakan program-program pendampingan psikologis bagi mahasiswa, terutama yang berfokus pada isu hubungan interpersonal, harga diri, dan dukungan sosial. Program seperti seminar, lokakarya, atau layanan konseling yang membahas toxic relationship dan penguatan diri dapat menjadi ruang edukatif sekaligus preventif bagi mahasiswa. Selain itu, fakultas juga dapat membentuk komunitas pendukung atau forum diskusi yang mendorong keterbukaan dan saling mendukung antar mahasiswa, agar mereka tidak merasa sendiri dalam menghadapi masalah psikologis yang kompleks.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, S., & Sutanto, T. E. (2015). *Statistika Tanpa Stress*. Jakarta: TransMedia Pustaka
- Achie Sudiarti Luhulima. 2000. *Pemahaman Bentuk-Bentuk Tindak Kekerasan terhadap perempuan an Alternatif Pemecahannya*. Jakarta: P.T Alumni
- Andarini, dkk, "Hubungan Antara *Self-esteem* dengan Derajat *Stress* pada Siswa Akselerasi SDN Banjarsari 1 Bandung". *Jurnal Psikologi*. 2011. Vol. 3, No. 1.
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik Edisi Revisi VI*. Jakarta : Rineka Cipta
- Azwar, S. (2015). *Penyusunan skala psikologi edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Baron, R., & Byrne, D. (2004). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Berk, L.A. (2012) *Development Through The Lifespan Dari Prenatal Sampai Remaja (Transisi Menjelang Dewasa) Edisi Lima*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bowman, H.A dan Spanier, G.B, 2008. *Modern marriage* (8th ed). New York: McGraw Hill C.
- Creswell, John W, 2014, *Penelitian Kualitatif & Desain Riset*, Yogyakarta, Pustaka Pelajar
- Dariyo, Agoes (2011), *Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama*. Bandung : PT. Refika Aditama.
- DeGenova, M. K. (2008). *Intimate relationships, marriages & families*. New York, NY: McGraw-Hill.
- Dewi, S. S., & Alfita, L. (2015). Perbedaan prokrastinasi akademik antara mahasiswa yang berpacaran dan tidak berpacaran. *Diversita* , 1(1), 7-19.
- El-hakim, L. (2014). *Fenomena Pacaran Dunia Remaja*, Pekanbaru: Zanafala Publishing

- Fatimah, E. (2006). Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik). Bandung: Pustaka Setia, 142.
- Ginting Z. B, (2014) Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Harga Diri Pada Penderita Penyakit Lupus. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
- Glass, Lilian. (2015). *Toxic People: 10 Ways of Dealing with People Who Makes Your Life Miserable*. New York: Harmony Publisher.
- Gunarsa S.D & Gunarsa, S. D. (2012). Psikologi untuk muda-mudi. Jakarta : Libri PT. BPK Gunung Mulia
- Hurlock E.B, (2009) *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup* Jakarta: Erlangga
- Hurlock, E. B. (1996). Psikologi Perkembangan. Jakarta: Erlangga.
- Ibrahim, Tony. (2021). *Book Of Toxic Relationship: Sebab Kita Bukan Pusat Rehabilitasi, Bukan Kewajiban Untuk Memperbaiki Seseorang*. Yogyakarta: Bright Publisher
- Indirawati, E. (2006). Hubungan Antara Kematangan Beragama Dengan Kecenderungan Strategi Coping. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 3 (2), 69-92.
- Jeffrey S. Nevid, dkk.(2005).Psikologi Abnormal. Edisi Kelima.Jilid 1.Jakarta: Erlangga.
- Julianto, Very, et al. "Hubungan antara harapan dan harga diri terhadap kebahagiaan pada orang yang mengalami toxic relationship dengan kesehatan psikologis." *Jurnal Psikologi Integratif* 8.1 (2020): 103.
- Kerjasama Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak dengan Badan Pusat Statistik. 2016. Statistik Gender Tematik Potret Ketimpangan Gender Ekonomi.Jakarta:CV.LintasKhatulistiwa.
- Krug EG, Dahlberg LL, Mercy JA, Zwi AB, Lozano R. World Report on Violence and Health. Geneva: WHO. 2002.
- Mappiare, Andi. Psikologi Orang Dewasa. Surabaya: Usaha Nasional. (Bdk: Aprilia, A.D. 2019)
- Marlynda, L. (2017). Upaya Guru Bimbingan Konseling dalam mengatasi perilaku menyimpang berpacaran siswa. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(1), 40-57.
- McGruder, J.A. (2018). *Cutting Your Losses from a Bad or Toxic Relationship*. Blomington: Xlibis.

- Monks, F. J, Knoers, A. M. P & Haditono, S. R. (2001). Psikologi Perkembangan: Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Muri Yusuf. 2014. "Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan". Jakarta : prenadamedia group
- Murk,C.J. (2006). *Self-esteem Reseach, Theory, and Practice, Toward a Positive Psychology of Self-Esteem*. (3th ed). New York: Springer Publishing Company
- Murray, J. (2007). *But i love him: Protecting your daughter from controlling, abusive dating relationship*. New York: Harper Collins Publisher
- Natasya, G. Y., & Susilawati, L. K. (2020). Pemaafan pada remaja perempuan yang mengalami kekerasan dalam pacaran. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(3), 169-177.
- Nathaniel, Branden. 1994. *The Six Pillars of Self Esteem*. United States of America : Bantam Books.
- Papalia, D.E., S.W., dan Feldman, R.D. 2004. *Human development*. (9th ed) USA: McGraw Hill Co.
- Praptiningsih, N. A., & Putra, G. K. (2021). Toxic relationship dalam komunikasi interpersonal dikalangan remaja. *Communication*, 12(2), 132-142.
- Radde, H. A., & Gunawan, A. H. (2021). Analisis Perbedaan Komponen Cinta Berdasarkan Tingkat Toxic Relationship. *Jurnal Psikologi Karakter*, 1(1), 38-43.
- Riani. (2021). *Stop Toxic Relationship*. Jakarta: Pustaka Taman Ilmu.
- Rubin, K. H., Bukowski, W. M., & Laursen, B. (2011). *Handbook of peer interactions, relationships, and groups*. Guilford Press.
- Rustanto, B. (2014). Teori Dukungan Sosial Keluarga. Pustaka Pekerjaan Sosial. Bandung
- Santrock, J. W. (2013). *Life span development*. New York: The McGraw-Hill Companies.
- Santrock, J.W. (2002). *Life Span Development (Perkembangan Masa Hidup, Jilid 2, Penerjemah: Chusairi dan Damanik)*. Jakarta: Erlangga
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.

- Sarwono, S.W (2012).Pengantar Psikologi Umum.Jakarata:Rajawali Pers
- Savitri, Astri. (2021). *A Handbook For Toxic Relationship: I Wanna Be Loved & Respected*. Yogyakarta: Penerbit Brilliant.
- Setiawan, R., & Nurhidayah, S. (2008). Pengaruh pacaran terhadap perilaku seks pranikah. *SOUL: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 1(2), 59-72.
- Setyarini, Riris Setyarini dan Nuryati Atamimi. 2011. *Self Esteem Dan Makna Hidup Pada Pensiun Pegawai Negeri Sipil (PNS)*, Jurnal Psikologi, Vol 38 No 2. Tahun 2011.
- Solferino, N., & Tessitore, E. (2019). *Human networks and Toxic Relationship*. MPRA Paper No. 95756.  
DOI: 10.13140/RG.2.2.18615.68001.
- Solferino, Nazaria, Tessitore, dan M. Elisabetta, "Human networks and toxic relationships," *Munich Pers. RePEc Arch.*, 2019.
- Stanley, M., & Patricia, G.B. (2007). Buku ajar keperawatan gerontik, Edisi 2. Jakarta: EGC.
- Steel, P. (2007). *The nature of procrastination: A meta analytic and theoretical review of quintessential self regulatory failure*. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94
- Sugiyono, 2016, Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D, Bandung, Alfabeta.
- Suparni & Astutik, (2016). Menopause masalah dan Penanganannya. Yogyakarta: Deepublish
- Syafira, Adelwys Bioka Layla, Chatarina Heny Dwi Surwati, and S. Sos. "Representasi toxic relationship dalam film." *Jurnal Kommas* (2022): 1-30.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2009). Psikologi sosial (edisi ke duabelas). Jakarta: Prenadamedia Group.
- Watson, M.E.(2004). *Effect of Communication on College student satisfaction in long distance and proximal relationship*. Departement of Psychology Loyola University.
- Yayu Suryo Prabandari, Ni Nyoman Tri Puspaningsih D. Buku Panduan Kampus Siaga Covid-19. In 2020. hal. 74.



**LAMPIRAN 1**

**PRA-PENEITIAN**

**NAMA** :

**USIA** :

**SEDANG DALAM HUBUNGAN PACARAN YA/TIDAK**

Responden yang terhormat, Saya Bella Yustika Sijabat, mahasiswi Psikologi Universitas Medan Area, sedang melakukan pra-penelitian untuk Proposal saya. Untuk tercapainya sasaran penelitian ini, saya membutuhkan ketersediaan anda untuk memberikan informasi sesuai dengan yang pernah anda rasakan atau anda alami

Jawaban yang anda berikan akan **DIRAHASIAKAN** dan hanya akan digunakan untuk pra-penelitian ini.

Terimakasih untuk waktu dan kerjasamanya. Partisipasimu sangat aku hargai.

Salam

Bella Yustika Sijabat

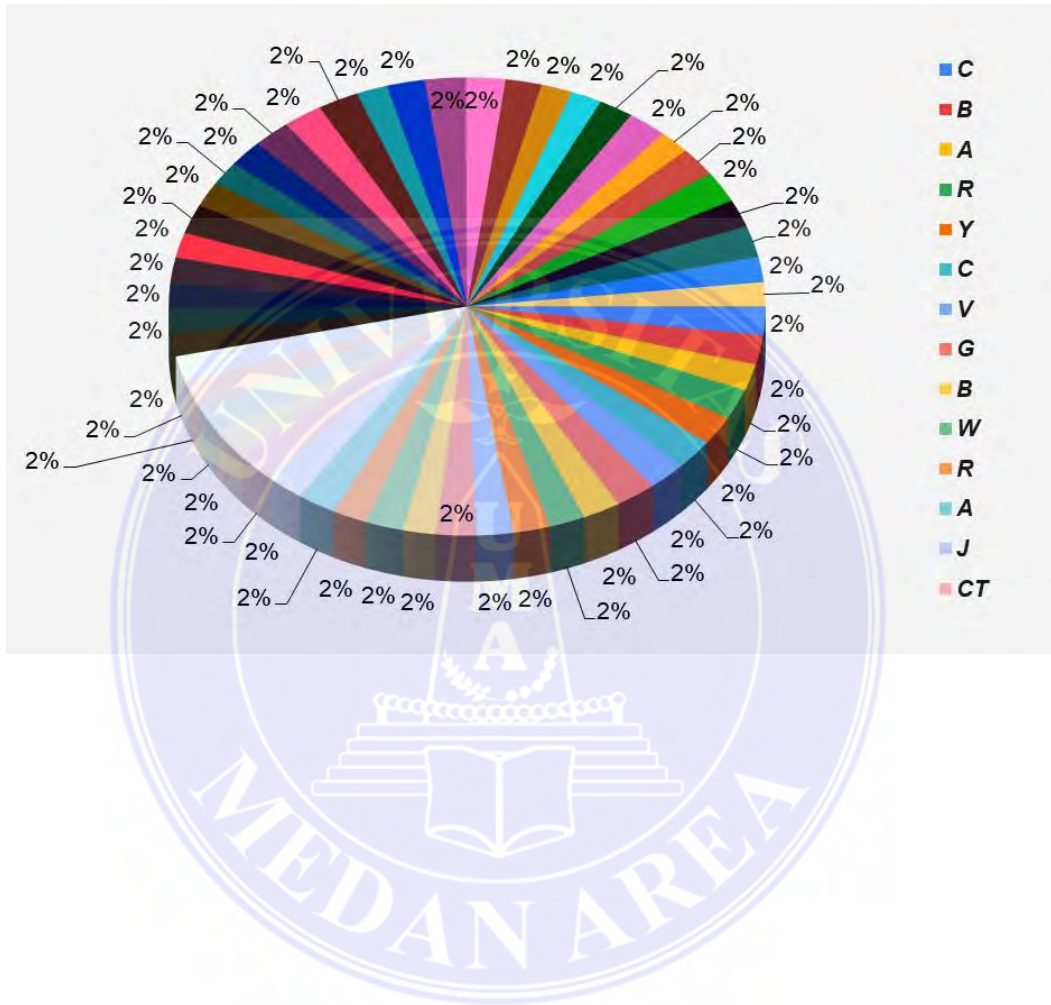
No	Pernyataan	Sering	Jarang	Tidak pernah
1	Saya pernah mengalami kekerasan dalam bentuk verbal dan/atau emosional			
2	Saya pernah mengalami kekerasan seksual selama terikat dalam hubungan romantis ini			
3	Saya merasa selalu dikontrol oleh pasangan saya			
4	Saya merasa sulit menjadi diri sendiri			
5	Saya merasa selalu dicurigai oleh pasangan saya			
6	Saya merasa selalu dibohongi oleh pasangan saya			
7	Pasangan saya selalu merasa terbebani atas pencapaian yang saya raih			
8	Saya selalu terlibat konflik dengan pasangan saya			

	<b>Pernyataan</b>	<b>Sering</b>	<b>Jarang</b>	<b>Tidak Pernah</b>
9	Saya merasa dibatasi untuk bersosialisasi dengan orang lain			
10	Saya sangat dibatasi dalam penggunaan sosial media			
11	Saya merasa dimanfaatkan secara finansial yang mengakibatkan kerugian dalam bentuk materi			





## Hasil Pra-Penelitian





**LAMPIRAN 3**

**SKALA DUKUNGAN SOSIAL**

## Skala A

### A. IDENTITAS DIRI

Nama/Inisial :

Usia :

### PETUNJUK PENGISIAN

Berikut ini terdapat beberapa pernyataan yang akan disajikan kepada teman-teman. Baca dan pahami setiap butir masing-masing pernyataan dibawah ini kemudian berikan tanda (✓) pada pilihan jawaban yang anda anggap paling sesuai dengan diri teman-teman karena tidak ada jawaban yang dianggap salah. Sebelum menyerahkan lembaran ini, harap diperiksa kembali agar tidak ada jawaban yang terlewatkan.

#### Contoh Pengisian :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Teman saya acuh saat saya mengalami masalah			✓	

#### Keterangan :

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju.

Apabila anda memberikan tanda (✓) pada kolom TS, maka saya penyatannya saya lebih sering memendam ketika ada masalah, Tidak Setuju yang artinya tidak sesuai pada diri anda.

**SKALA DUKUNGAN SOSIAL**

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Teman-teman saya selalu ada tiap kali saya membutuhkannya				
2	Saya merasa bahagia karena teman saya memperdulikan saya				
3	Teman saya selalu memaklumi ketika emosi saya tidak labil				
4	Teman-teman dapat menerima kehadiran saya				
5	Pujian dari teman membuat saya merasa dihargai				
6	Teman saya memberikan respon yang baik terhadap pendapat saya				
7	Saya selalu mendapat dukungan serta support dari teman saya				
8	Teman saya memberikan motivasi agar selalu semangat dalam menjalani hidup dan tidak mudah menyerah				
9	Teman saya bersedia membantu ketika saya mengalami penurunan finansial.				
10	teman saya langsung mengajak saya pergi refreasing saat saya mengalami masalah				
11	Saya tidak memiliki teman untuk berbagi suka dan duka				
12	Ketika teman saya sibuk, mereka mengabaikan sayaaaff				
13	Saya selalu berusaha menyembunyikan rasa susah akibat suatu masalah agar tidak menjadi cibiran				
14	Teman saya merasa malu berteman dengan saya				
15	Teman mengabaikan perubahan positif yang terjadi pada diri saya				

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
16	Saya jarang mendapat feedback ketika mendiskusikan sesuatu dengan teman saya.				
17	Saya lebih sering memendam ketika ada masalah				
18	Saya tidak mendapat dukungan keetika mengalami masalah				
19	Saya merasa bahwa teman saya terbebani ketika membantu saya				
20	teman saya acuh saat saya mengalami masalah				
21	Teman saya sangat memahami serta simpatik terhadap saya				
22	Teman saya selalu meluangkan waktu jika saya butuh diskusi mengenai keadaan saya				
23	Saya selalu mendapat nasehat tiap kali saya melakukan kesalahan				
24	Teman saya selalu memberikan pandangan yang baik dan buruk mengenai hubungan berpacaran				
25	Teman saya bersedia membantu dalam mencari informasi penting yang saya butuhkan				
26	Saya merasa bahwa teman saya kurang peka pada saat saya tidak baik-baik saja				
27	Seringkali saya harus meminta bantuan berulang kali agar teman saya mau membantu.				
28	Teman saya mengacuhkan saya tiap kali saya membuat kesalahan				
29	Seringkali saya terjebak dalam hubungan yang beracun karena tidak ada dukungan dari orang terdekat				
30	Seringkali saya merasa bahwa solusi yang diberikan teman membuat masalah semakin rumit				
31	Saya selalu mengandalkan diri sendiri untuk melakukan semua hal				

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
32	Teman saya bersedia membantu dalam mencari informasi penting yang saya butuhkan				





**LAMPIRAN 4**

**SKALA HARGA DIRI**

## Skala B

### A. IDENTITAS DIRI

Nama/Inisial :

Usia :

---

### PETUNJUK PENGISIAN

Berikut ini terdapat beberapa pernyataan yang akan disajikan kepada teman-teman. Baca dan pahami setiap butir masing-masing pernyataan dibawah ini kemudian berikan tanda (✓) pada pilihan jawaban yang anda anggap paling sesuai dengan diri teman-teman karena tidak ada jawaban yang dianggap salah. Sebelum menyerahkan lembaran ini, harap diperiksa kembali agar tidak ada jawaban yang terlewatkan.

#### Contoh Pengisian :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya lebih sering memendam ketika ada masalah			✓	

#### Keterangan :

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju.

Apabila anda memberikan tanda (✓) pada kolom TS, maka saya penzatatannya saya lebih sering memendam ketika ada masalah, Tidak Setuju yang artinya tidak sesuai pada diri anda.

**SKALA HARGA DIRI**

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya senang ketika orang lain merasa senang berteman dengan saya				
2.	Saya dapat mengontrol emosi saya				
3.	Saya memiliki banyak teman				
4.	Banyak yang setuju ketika saya menyampaikan pendapat mengenai suatu hal				
5.	Banyak orang yang senang dengan kehadiran saya				
6.	Saya seringkali merasa bahwa saya adalah orang yang gagal				
7.	Saya mampu berperilaku sopan pada waktu tertentu saja				
8.	Hanya sedikit yang ingin berteman dengan saya				
9.	Saya lebih pasif ketika dimintai pendapat				
10.	Saya cenderung suka menyendiri ketika berada ditengah banyak orang				
11.	Orang disekitar saya mencintai saya apa adanya				
12.	Saya merasa banyak hal yang baik dalam diri saya				
13.	Saya berharga setidak-tidaknya sama dengan orang lain				
14.	Saya mampu mengikuti peraturan yang ada disekitar saya				
15.	Saya menerima segala konsekuensi dari akibat perbuatan saya yang menyimpang dari norma yang ada.				
16.	Saya merasa tidak dicintai oleh siapapun				
17.	Saya merasa tidak banyak hal yang bisa dibanggakan dari saya				
18.	Saya berharap agar saya dapat lebih dihargai				
19.	Saya melakukan hal yang saya sukai meskipun melanggar aturan				
20.	Saya tidak suka saat mendapat konsekuensi dari akibat perbuatan saya				

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
21	Saya berperilaku sesuai dengan standart moral, etika dan agama yang ada di lingkungan saya				
22	Saya menghindari hal-hal yang dianggap tabu dilingkungan saya				
23	Saya mampu melakukan suatu hal seperti yang dilakukan oleh orang lain				
24	Saya yakin dengan kerja keras, saya bisa mencapai kesuksesan				
25	Saya merupakan orang yang bisa diandalkan				
26	Saya merasa mampu untuk mengerjakan tugas dengan baik sesuai dengan kemampuan yang saya miliki				
27	Dalam berperilaku biasanya saya hanya mengikuti kehendak saya.				
28	Saya mengabaikan segala hal bentuk larangan di lingkungan saya				
29	Saya sering merasa tidak berguna				
30	Seringkali saya ragu dengan diri sendiri				
31	Saya merasa kurang baik dalam segala aspek.				
32	Saya ragu dengan kemampuan yang saya miliki				



**LAMPIRAN 5**  
**TABULASI DATA**

No Res	Dukungan Sosial																																Jumlah	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32		
1	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	4	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	4	71
2	4	1	3	2	1	3	3	3	3	3	2	1	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	4	2	4	3	1	2	1	2	1	1	3	69
3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	4	3	4	2	2	2	2	2	2	2	3	76
4	4	1	3	2	2	3	3	3	3	3	1	2	2	2	1	1	3	3	3	3	2	3	1	2	1	2	1	2	1	4	2	4	71	
5	4	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	1	1	3	1	2	1	2	2	2	3	2	3	4	3	1	2	1	2	1	1	3	69	
6	3	2	4	1	2	4	4	4	4	4	1	2	2	1	1	1	1	1	1	4	4	4	2	4	2	1	2	1	2	2	3	3	77	
7	4	1	3	2	1	3	3	3	3	3	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	3	1	2	1	2	1	4	2	4	73	
8	4	1	3	2	1	3	3	3	3	3	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4	3	4	2	1	2	1	1	2	4	75	
9	3	1	4	4	1	4	4	3	4	3	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	4	3	3	2	3	2	1	2	1	2	2	4	73
10	1	2	3	2	2	2	2	2	2	3	4	3	2	3	3	3	1	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	4	2	81
11	4	1	3	2	1	3	3	3	3	3	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	4	4	4	2	2	2	2	2	2	4	78
12	3	1	2	2	1	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	78
13	2	3	4	4	3	2	2	3	4	4	1	1	2	3	4	4	2	2	2	2	3	4	3	3	4	1	1	1	1	2	1	4	2	82
14	3	1	3	2	1	3	3	3	3	4	3	2	1	2	3	1	1	2	2	2	3	3	3	4	3	2	1	2	1	2	2	3	74	
15	1	2	3	2	2	2	2	3	4	3	3	2	2	3	3	3	1	4	3	3	2	2	3	4	3	1	2	1	2	1	1	4	77	
16	4	1	3	2	2	3	3	3	3	3	1	2	2	2	1	2	1	3	3	3	2	3	1	2	1	2	1	1	4	2	4	71		
17	3	1	2	1	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	79	
18	3	1	2	1	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	1	1	1	1	2	1	4	73	
19	2	3	4	4	2	2	3	4	4	1	1	2	3	4	4	1	1	1	1	4	4	3	3	4	1	1	1	1	2	1	4	77		
20	1	2	3	2	4	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	4	4	4	4	4	4	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	77	
21	2	3	4	4	3	2	2	3	4	4	1	1	2	3	4	4	1	1	1	1	3	4	3	3	4	1	1	1	1	2	1	4	78	
22	1	2	3	4	4	3	2	2	3	4	4	3	4	1	2	2	1	1	1	1	2	3	4	2	2	3	4	1	1	1	1	4	76	
23	2	3	4	4	3	2	2	3	4	4	1	1	1	2	3	4	1	1	1	1	3	4	3	3	4	1	1	1	1	2	1	4	75	
24	1	2	3	2	2	2	2	2	2	3	4	3	2	3	3	3	1	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	4	2	81
25	1	2	3	2	2	2	2	2	2	3	4	3	2	1	2	2	2	1	4	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	4	2	77
26	2	3	4	4	3	2	2	3	4	4	1	1	1	2	3	4	1	1	1	1	3	4	3	3	4	1	1	1	1	2	1	4	75	
27	2	3	4	4	3	2	2	3	4	4	1	1	1	2	3	4	1	1	1	1	3	4	3	3	4	1	1	1	1	1	2	3	74	
28	3	3	4	4	3	2	2	3	4	4	1	1	1	2	3	4	1	1	1	1	3	4	3	3	4	1	1	1	1	2	1	4	76	
29	2	3	4	4	3	2	2	3	4	4	1	1	1	2	3	4	1	1	1	1	3	4	3	3	4	1	1	1	1	2	1	4	75	
30	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	59	
31	1	2	3	2	2	2	3	4	3	3	2	2	3	1	1	1	1	2	3	4	4	3	3	1	2	2	1	2	1	2	3	4	73	
32	1	1	2	2	3	1	3	4	2	2	4	4	3	3	2	1	2	2	3	2	3	2	1	4	4	3	2	1	2	2	1	2	74	
33	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	60	
34	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	1	2	1	1	2	1	2	2	3	3	60	
35	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	57	
36	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	3	4	3	3	2	3	3	1	1	2	2	2	1	3	3	2	2	60	
37	2	1	2	3	2	1	3	3	2	4	2	2	2	1	1	1	2	3	3	3	2	4	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	65	
38	1	1	1	2	2	2	3	3	3	2	4	3	2	4	2	3	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	1	1	1	4	4	70	
39	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	54	
40	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	76	
41	2	1	2	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	76	
42	2	2	1	1	3	3	3	2	2	1	4	3	3	4	1	2	2	2	2	4	4	1	1	2	1	4	4	2	3	1	1	2	73	
43	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	4	3	3	2	3	3	3	2	2	2	1	2	3	3	2	3	2	2	2	75	
44	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	74	
45	3	3	3	4	3	3	4	2	3	3	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	4	1	1	4	1	1	4	1	1	3	72	
46	1	1	3	1	1	1	2	3	1	3	1	1	1	1	1	1	1	2	3	3	3	4	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	3	55
47	1	1	3	1	1	1	1	1	2	4	2	3	1	3	2	1	1	1	3	1	1	2	3	2	3	1	1	1	1	3	4	2	3	60
48	2	3	2	1	4	3	2	1	2	4	3	2	1	2	2	2	3	3	3	1	4	4	3	4	4	3	1	2	2	3	2	1	79	
49	1	2	1	1	1	1	3	3	4	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	1	2	1	4	3	1	3	2	3	1	2	58		
50	3	1	1	1	3	2	3	2	1	3	3	1	2	1	1	2	3	1	3	3	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	4	1	60	
51	4	1	3	2	1	3	3	3	3	3	3	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	4	4	3	3	2	2	3	79		
52	3	1	3	2	1	3	3	3	3	4	3	3	1	2	3	1	1	2	2	2	2	3	2	3	4	3	1	2	1	1	1	3	72	
53	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	4	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	75	
54	3	1	2	1	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	1	1	1	1	2	1	4	73

No Re	Harga Diri																																Jumlah	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32		
1	1	2	2	1	1	1	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3		1	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	64
2	2	3	2	3		4	4	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	69	
3	1	1	2	2	3	2	1	2	3	2	1	2	4	2	2	3	2	3	4	3	2	3	1	2	2	3	3	2	3	2	2	2	72	
4	2	2	2	2	2	1	2	4	2	3	2	2	1	3	2	2	3	1	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	73	
5	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	78		
6	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	1	1	2	2	3	2	2	2	2	61	
7	1	2	3	3	3	1	3	1	2	1	4	2	2	2	1	2	2	1	1	3	2	2	4	2	3	3	4	3	1	1	2	2	69	
8	2	3	4	3	3	3	3	3	1	2	1	2	2	2	1	2	1	1	2	1	2	1	3	2	1	3	1	3	2	3	3	3	69	
9	2	2	3	3	3	3	3	3	3	1	4	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	1	1	1	1	75	
10	1	2	3	1	3	2	1	3	1	2	3	2	3	2	3	3	1	2	3	3	2	1	4	3	3	3	4	3	1	1	1	1	71	
11	2	1	2	1	3	3	4	2	1	2	1	3	1	1	1	3	2	2	4	4	1	2	2	3	3	3	4	3	2	2	2	72		
12	1	1	1	1	1	3	4	2	3	2	4	2	1	3	1	2	3	1	1	1	3	3	2	2	4	4	3	4	2	2	1	1	69	
13	3	4	2	3	4	3	4	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	3	4	2	1	3	3	3	3	4	2	1	1	1	1	70	
14	1	2	3	3	3	1	3	1	2	1	4	2	2	2	2	2	1	1	3	2	2	1	3	2	3	3	4	3	1	1	2	2	68	
15	1	2	2	2	2	4	4	4	4	4	2	1	1	1	1	4	4	2		3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	79	
16	1	2	2	2	2	4	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	4	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	79	
17	1	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	77	
18	1	2	3	3	3	1	3	1	2	1	4	2	2	2	2	1	1	3	1	1	2	2	3	2	3	3	4	3	2	2	1	1	67	
19	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	4	1	2	3	2	1	3	2	1	3	3	3	2	4	2	1	1	3	1	76	
20	2	2	3	3	3	3	3	3	2	1	4	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	2	3	3	3	3	4	3	1	1	1	1	74	
21	1	2	3	3	3	1	3	1	2	1	4	2	2	2	2	2	1	3	2	2	1	1	3	2	3	3	3	1	1	1	1	1	63	
22	1	2	3	3	3	1	3	1	2	1	4	2	2	2	2	1	1	2	3	2	2	1	3	4	2	3	3	4	3	1	1	1	69	
23	2	1	4	4	4	2	3	2	1	2	3	1	1	1	1	1	2	2	4	1	1	2	3	1	4	4	3	4	2	2	1	1	70	
24	1	1	1	1	3	2	3	4	3	2	3	1	1	4	1	2	1	3	2	1	2	3	1	1	2	1	1	3	2	2	3	4	65	
25	2	1	1	2	1	2	2	4	3	4	3	2	1	4	3	2	2	2	3	4	3	1	1	2	3	2	4	3	2	2	3	2	76	
26	3	1	1	3	1	2	3	1	2	1	3	3	3	2	1	1	1	1	2	4	3	2	1	3	2	3	3	1	1	1	1	1	61	
27	1	1	1	1	2	3	1	3	2	1	2	1	1	1	4	3	1	1	3	3	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	3	1	53	
28	2	3	1	3	2	1	1	3	3	3	1	2	1	1	2	2	4	1	2	3	2	1	1	1	2	2	2	3	2	2	3	2	64	
29	4	3	3	3	3	1	1	1	1	1	3	3	2	2	2	1	1	1	3	3	1	1	3	1	1	2	3	3	1	1	1	1	61	
30	3	1	3	4	3	1	2	1	1	1	3	4	3	1	1	1	1	3	4	1	2	1	3	2	3	3	3	1	1	1	1	1	64	
31	1	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	1	2	2	4	3	1	2	4	2	1	3	2	4	3	2	3	1	1	1	1	72	
32	1	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	1	2	2	2	4	1	2	4	2	1	3	2	4	3	2	3	1	1	1	1	71	
33	2	1	4	4	4	1	4	4	1	1	1	4	2	1	1	3	4	2	1	3	1	2	4	1	3	4	1	4	2	2	2	2	76	
34	1	3	1	2	2	3	2	1	2	3	4	4	1	2	3	3	2	3	2	1	3	2	1	4	3	1	2	3	1	1	1	1	68	
35	1	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	1	2	2	4	3	2	1	2	4	2	3	2	4	3	2	2	1	2	1	1	73	
36	1	0	3	3	2	3	3	2	2	2	4	2	2	1	1	3	4	2	1	4	1	2	4	1	3	3	1	3	2	2	1	1	0	
37	2	1	4	4	4	1	3	4	1	1	1	4	1	2	2	3	4	2	1	3	1	2	3	2	4	3	2	3	1	1	1	1	72	
38	1	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	1	2	2	4	3	1	3	4	2	1	3	2	4	3	2	3	1	1	1	1	73	
39	2	3	3	2	2	3	3	3	4	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	88	
40	2	3	3	2	2	3	3	3	4	3	2	3	4	1	3	3		3	3	3	3	3	1	4	4	1	4	4	1	1	4	4	87	
41	1	4	4	1	1	3	3	3	4	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	87	
42	2	2	3	2	2	3	3	3	4	3	2	3	4	1	3	3	3	3	3	1	3	3	1	4	4	1	3	3	2	2	3	3	85	
43	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	1	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	79	
44	2	3	4	4	3	2	2	3	4	4	1	1	1	2	3	4	1	1	1	1	3	4	3	3	4	1	1	1	1	2	1	4	75	
45	2	3	4	4	1	2	2	1	1	1	4	3	3	2	2	1	1	1	2	3	2	2	3	2	4	3	2	3	1	1	1	1	68	
46	2	3	4	4	1	2	2	1	1	1	4	3	3	2	2	1	1	1	2	3	2	2	3	2	4	3	2	3	1	1	1	1	68	
47	1	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	1	2	2	4	3	1	2	4	2	1	1	1	2	1	4	3	2	1	4	4	74	
48	1	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	1	2	2	4	3	1	2	4	2	1	1	1	2	1	4	3	2	1	3	3	72	
49	1	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	1	2	2	4	4	3	1	2	4	2	1	1	1	2	1	4	3	2	1	3	3	74	
50	2	3	4	4	1	2	2	1	1	1	4	3	3	2	2	1	1	1	2	3	2	2	3	2	4	3	2	3	1	1	1	1	68	
51	2	3	4	4	4	1	2	2	1	1	4	3	3	2	2	1	1	1	2	3	2	2	3	2	4	3	2	3	1	1	1	1	68	
52	2	3	4	4	4	1	2	2	1	1	4	3	3	2	2	1	1	1	2	3	2	2	3	2	4	3	2	3	1	1	1	1	68	
53	2	3	4	4	4	1	2	2	1	1	4	3	3	2	2	1	1	1	2	3	2	2	3	2	4	3	2	3	1	1	1	1	68	
54	2	3	4	4	4	1	2	2	1	1	4	3	3	2	2	1	1	1	2	3	2	2	3	2	4	3	2	3	1	1	1	1	68	
55	2	3	4	4	4	1	2	2	1	1	4	3	3	2	2	1	1	1	2	3	2	2	3	2	4	3	2	3	1	1	1	1	68	
56	2	3	4	4	4	1	2	2	1	1	4	3	3	2	2	1	1	1	2	3	2	2	3	2	4	3	2	3	1	1	1	1	68	
57	2	3	4	4	4	1	2	2	1	1	4	3	3	2	2	1	1	1	2	3	2	2	3	2	4	3	2	3	1	1				



**LAMPIRAN 6**

**UJI VALIDASI DAN RELIABILITAS**

## 1. Uji Validitas dan Reliabilitas Dukungan Sosial

### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	54	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	54	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.920	30

**Item Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	2.04	.513	54
VAR00002	1.94	.834	54
VAR00003	2.09	.708	54
VAR00004	1.98	.532	54
VAR00005	1.98	.532	54
VAR00006	1.98	.532	54
VAR00007	1.93	.544	54
VAR00008	1.76	.612	54
VAR00009	1.76	.699	54
VAR00010	2.00	.673	54
VAR00011	1.63	.784	54
VAR00012	1.80	.737	54
VAR00013	2.31	.609	54
VAR00014	1.69	.668	54
VAR00015	2.09	.708	54
VAR00016	2.09	.708	54
VAR00017	1.76	.699	54
VAR00018	1.98	.532	54
VAR00019	2.31	.609	54
VAR00020	1.63	.653	54
VAR00021	2.09	.708	54
VAR00022	2.09	.708	54
VAR00023	2.00	.673	54
VAR00024	1.93	.544	54
VAR00025	1.93	.544	54
VAR00026	1.76	.612	54
VAR00027	2.00	.673	54
VAR00028	1.85	.833	54
VAR00029	1.76	.699	54
VAR00030	1.98	.532	54

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	56.11	109.195	.612	.917
VAR00002	56.20	110.354	.484	.922
VAR00003	56.06	103.752	.816	.913
VAR00004	56.17	107.613	.736	.915
VAR00005	56.17	107.613	.736	.915
VAR00006	56.17	107.613	.736	.915
VAR00007	56.22	106.478	.823	.914
VAR00008	56.39	110.016	.438	.919
VAR00009	56.39	109.940	.381	.920
VAR00010	56.15	112.468	.517	.922
VAR00011	56.52	111.915	.610	.923
VAR00012	56.35	113.591	.520	.924
VAR00013	55.83	107.915	.611	.916
VAR00014	56.46	114.102	.703	.924
VAR00015	56.06	103.752	.816	.913
VAR00016	56.06	103.752	.816	.913
VAR00017	56.39	109.940	.381	.920
VAR00018	56.17	107.613	.736	.915
VAR00019	55.83	107.915	.611	.916
VAR00020	56.52	112.934	.691	.922
VAR00021	56.06	103.752	.816	.913
VAR00022	56.06	103.752	.816	.913
VAR00023	56.15	112.468	.617	.922
VAR00024	56.22	106.478	.823	.914
VAR00025	56.22	106.478	.823	.914
VAR00026	56.39	110.016	.438	.919
VAR00027	56.15	112.468	.517	.922
VAR00028	56.30	109.797	.316	.922
VAR00029	56.39	109.940	.381	.920
VAR00030	56.17	107.613	.736	.915

## 2. Uji Validitas dan Reliabilitas Dukungan Sosial

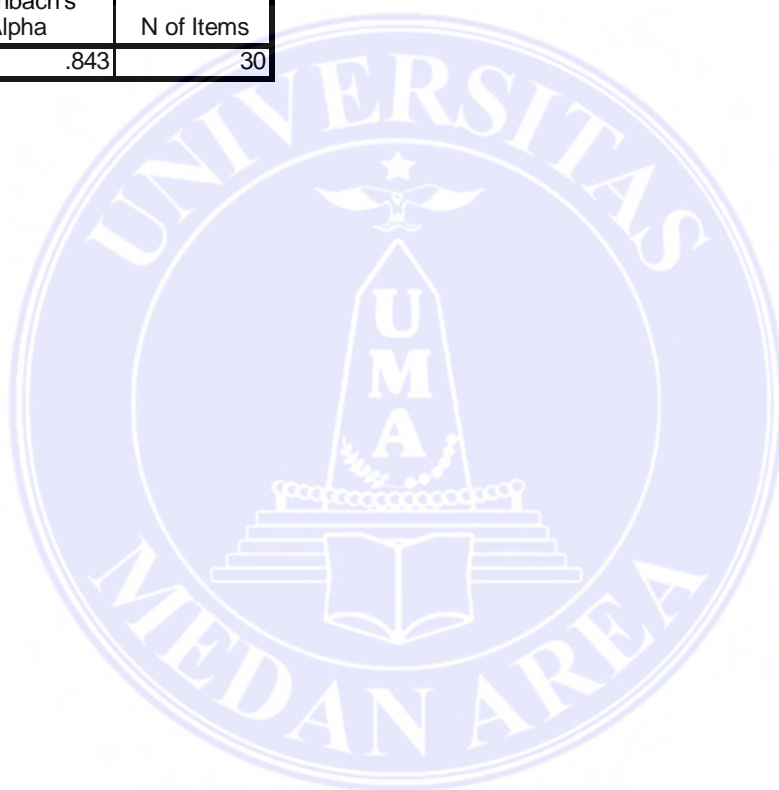
**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	54	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	54	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.843	30



**Item Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
VAR00001	2.04	.699	54
VAR00002	1.74	.678	54
VAR00003	1.74	.678	54
VAR00004	1.81	.675	54
VAR00005	2.37	.623	54
VAR00006	1.69	.668	54
VAR00007	2.17	.746	54
VAR00008	1.69	.668	54
VAR00009	2.37	.623	54
VAR00010	2.04	.699	54
VAR00011	2.37	.623	54
VAR00012	1.83	.795	54
VAR00013	1.65	.677	54
VAR00014	1.65	.677	54
VAR00015	1.83	.795	54
VAR00016	1.74	.678	54
VAR00017	1.98	.598	54
VAR00018	1.76	.612	54
VAR00019	1.80	.737	54
VAR00020	1.76	.612	54
VAR00021	2.04	.699	54
VAR00022	1.74	.678	54
VAR00023	1.74	.678	54
VAR00024	1.81	.675	54
VAR00025	2.37	.623	54
VAR00026	1.69	.668	54
VAR00027	2.17	.746	54
VAR00028	1.69	.668	54
VAR00029	2.37	.623	54
VAR00030	2.04	.699	54



**LAMPIRAN 7**

**UJI NORMALITAS**

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Harga Diri	Dukungan Sosial
N		54	54
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	58.15	57.67
	Std. Deviation	10.771	10.657
Most Extreme Differences	Absolute	.135	.131
	Positive	.135	.131
	Negative	-.087	-.098
Test Statistic		.135	.131
Asymp. Sig. (2-tailed)		.085 <sup>c</sup>	.122 <sup>c</sup>

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.



**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	55.63	67.936	.565	.832
VAR00002	55.93	70.334	.365	.839
VAR00003	55.93	70.334	.365	.839
VAR00004	55.85	73.298	.403	.847
VAR00005	55.30	69.080	.528	.834
VAR00006	55.98	71.943	.525	.843
VAR00007	55.50	67.500	.562	.832
VAR00008	55.98	71.943	.525	.843
VAR00009	55.30	69.080	.528	.834
VAR00010	55.63	67.936	.565	.832
VAR00011	55.30	69.080	.528	.834
VAR00012	55.83	73.123	.487	.849
VAR00013	56.02	70.849	.319	.840
VAR00014	56.02	70.849	.319	.840
VAR00015	55.83	73.123	.487	.849
VAR00016	55.93	70.334	.365	.839
VAR00017	55.69	69.616	.498	.835
VAR00018	55.91	71.821	.565	.842
VAR00019	55.87	72.870	.622	.847
VAR00020	55.91	71.821	.565	.842
VAR00021	55.63	67.936	.565	.832
VAR00022	55.93	70.334	.365	.839
VAR00023	55.93	70.334	.365	.839
VAR00024	55.85	73.298	.503	.847
VAR00025	55.30	69.080	.528	.834
VAR00026	55.98	71.943	.625	.843
VAR00027	55.50	67.500	.562	.832
VAR00028	55.98	71.943	.425	.843
VAR00029	55.30	69.080	.528	.834
VAR00030	55.63	67.936	.565	.832



**LAMPIRAN 8 UJILINEARITAS**

## UJI LINEARITAS

**Case Processing Summary**

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Dukungan Sosial * Harga Diri	54	100.0%	0	0.0%	54	100.0%

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Dukungan Sosial * Harga Diri	Between Groups	(Combined)	2947.750	28	105.277	2.570	.001
		Linearity	440.981	1	440.981	10.764	.003
		Deviation from Linearity	2506.769	27	92.843	12.266	.112
	Within Groups		1024.250	25	40.970		
	Total		3972.000	53			

**Measures of Association**

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Dukungan Sosial * Harga Diri	.643	.413	.861	.742

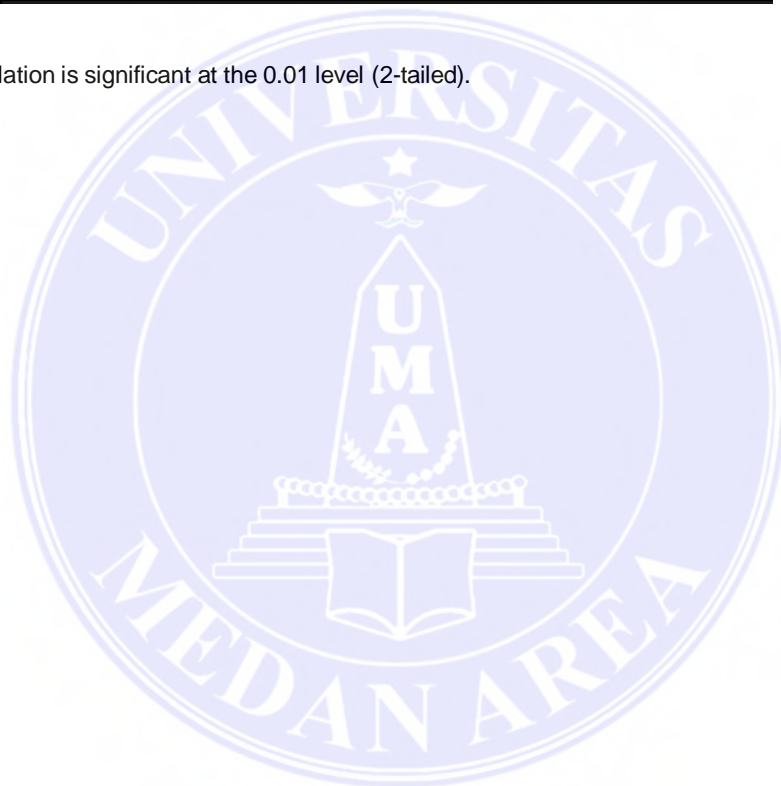


**LAMPIRAN 9 UJI KORELASI**

### Correlations

		Harga Diri	Dukungan Sosial
Harga Diri	Pearson Correlation	1	.643*
	Sig. (2-tailed)		.001*
	N	54	54
Dukungan Sosial	Pearson Correlation	.643*	1
	Sig. (2-tailed)	.001*	
	N	54	54

\*. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).







# UNIVERSITAS MEDAN AREA

## FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223  
Kampus II : Jalan Seabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122  
Website: [www.uma.ac.id](http://www.uma.ac.id) E-Mail: [univ\\_medanarea@uma.ac.id](mailto:univ_medanarea@uma.ac.id)

Nomor : 2145 /FPSI/01.10/VIII/2023  
Lampiran : -  
Hal : Surat Keterangan  
Selesai Pengambilan Data

18 Agustus 2023

Yth, Ibu Wakil Rektor Bidang Pengembangan SDM dan Administrasi Keuangan  
Universitas Medan Area  
Di -  
Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami sampaikan kepada Ibu bahwa mahasiswa kami tersebut dibawah ini :

Nama : Bella Yustika Sijabat  
Npm : 188600284  
Fakultas/Program Studi : Psikologi/Illmu Psikologi

Telah selesai melakukan penelitian dan pengambilan data pada Universitas Medan Area dengan judul *"Hubungan Antara Harga Diri Dengan Dukungan Sosial Pada Wanita Dewasa Awal Yang Mengalami Toxic Relationship Di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area"*. Bersama kami mohon kepada Ibu kiranya dapat mengeluarkan Surat Keterangan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data pada Universitas Medan Area terhitung mulai tanggal 08 -11 Agustus 2023 s.d 11 Agustus 2023.

Demikian kami sampaikan, atas kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

An. Dekan,  
Wakil Dekan Bidang Pendidikan, Penelitian Dan  
Pengabdian Kepada Masyarakat



*Handwritten signature:* Naili Afiqta, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog

Tembusan  
- Mahasiswa Ybs  
- Arsip



# UNIVERSITAS MEDAN AREA

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223  
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122  
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ\_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 1438/UMA/B/01.7/VIII/2023  
Lamp. : 1 (satu) Berkas  
Hal : Izin Penelitian Dan Pengambilan Data

04 Agustus 2023

Kepada Yth.  
**Dekan Fakultas Psikologi**  
Universitas Medan Area  
di - M e d a n


Dengan hormat,

Sesuai dengan surat Wakil Dekan Bidang Pendidikan, Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat, Fakultas Psikologi Universitas Medan Area nomor 1907/FPSI/01.10/VIII/2023 tertanggal 01 Agustus 2023 perihal Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data Tugas Akhir di Universitas Medan Area oleh mahasiswa :

Nama : **Bella Yustika Sijabat**  
No. Pokok Mahasiswa : **188600284**  
Program Studi : **Ilmu Psikologi**  
Fakultas : **Psikologi**

Pada prinsipnya disetujui yang bersangkutan melaksanakan pengambilan data di Lingkungan Universitas Medan Area, untuk menunjang tugas akhir dengan judul Skripsi "**Hubungan Antara Harga Diri Dengan Dukungan Sosial Pada Wanita Dewasa Awal Yang Mengalami Toxic Relationship Di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.**" Dengan tetap mengikuti protokol Covid-19.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wakil Rektor Bidang Pengembangan  
SDM dan Administrasi Keuangan,  
  
Widyastuti, MP

**Tembusan :**  
1. Mahasiswa Ybs  
2. File





# UNIVERSITAS MEDAN AREA

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223  
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122  
Website: [www.uma.ac.id](http://www.uma.ac.id) E-Mail: [univ\\_medanarea@uma.ac.id](mailto:univ_medanarea@uma.ac.id)

## SURAT KETERANGAN Nomor : 1516/UMA/B/01.7/VIII/2023

Rektor Universitas Medan Area dengan ini menerangkan bahwa :


Nama : BellaYustika Sijabat  
No. Pokok Mahasiswa : 188600284  
Fakultas : Psikologi

Benar telah selesai Pengambilan Data di Universitas Medan Area pada tanggal 08 sd 11 Agustus 2023 dengan Judul skripsi judul "**Hubungan Antara Harga Diri Dengan Dukungan Sosial Pada Wanita Dewasa Awal Yang Mengalami *Toxic Relationship* Di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area**".

Dan kami harapkan Data tersebut kiranya dapat membantu yang bersangkutan dalam penyusunan skripsi dan dapat bermanfaat bagi mahasiswa khususnya Fakultas Psikologi.

Demikian surat ini diterbitkan untuk dapat digunakan seperlunya.

Medan, 23 Agustus 2023.  
An Rektor,  
Wakil Rektor Bidang Pengembangan SDM dan  
Administrasi Keuangan,

  
Dr. Ir. Suswati, MP

Tembusan :  
- Mahasiswa Ybs  
- File

