

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah masa transisi, dimana pada masa-masa seperti ini sering terjadi ketidakstabilan baik itu emosi maupun kejiwaan. Pada masa transisi ini juga remaja sedang mencari jati diri sebagai seorang remaja. Walaupun saat ini masih terdapat beragam interpretasi tentang definisi remaja, seperti definisi menurut Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) bahwa seseorang dikatakan remaja yaitu antara usia 14-20 tahun, namun setidaknya kita dapat melihat standarisasi seseorang dikatakan remaja, diantaranya ditandai dengan perkembangan fisik, psikologis, dan sosial (Baron, 2004). Remaja akhir senantiasa mengalami perubahan-perubahan dalam ukuran dan kemampuan jasmani disertai dengan perubahan dalam kapasitas mental.

Memasuki usia remaja interaksi keluar dari lingkungan rumah menuju lingkungan yang lebih luas adalah hal yang tidak terhindarkan, sehingga pada usia remaja tersebut mendapat problem-problem remaja yang lebih kompleks juga.

Kompleksnya permasalahan yang dihadapi pada masa remaja dan besarnya dampak psikis pada periode ini selama rentang perkembangan kehidupan selanjutnya, maka tidaklah berlebihan apabila masa-masa ini dianggap periode penting. Pada periode ini remaja memiliki pola perubahan minat, seperti minat pada simbol status. Simbol status merupakan simbol *prestise* yang menunjukkan bahwa orang yang memilikinya mempunyai status lebih tinggi dalam kelompoknya. Selain itu kondisi penampilan diri yang berbeda membuat remaja merasa rendah diri, meskipun perbedaan yang ada menambah daya tarik

fisik tersendiri (Hurlock, 2003). Pandangan terhadap diri sendiri yang lebih baik akan mengarah pada harga diri yang baik pada remaja.

Harga diri merupakan nilai penting yang harus dimiliki setiap orang terkhusus seorang remaja. Dutton & Brown (dalam Andayani, 1998) mengungkapkan beberapa hal penting tentang sifat alami harga diri, antara lain adalah bahwa orang dengan harga diri tinggi berfikir bahwa mereka mempunyai kualitas positif dibandingkan dengan orang yang harga dirinya rendah. Orang dengan harga diri rendah berpikir bahwa mereka sudah puas atas kualitas positif yang didapatkan. Apabila mereka dihina dan malu akan dirinya sendiri manakala mengalami kegagalan (dalam Nurmalasari, 2010).

Harga diri adalah suatu hal yang sangat penting karena menyangkut keberadaan seseorang sebagai manusia. Harga diri direfleksikan secara verbal maupun non verbal, baik sadar maupun tidak sadar dalam kehidupan sehari-hari. Harga diri mempengaruhi kemajuan dan kemunduran prestasi, interaksi, dan hal lain yang berpengaruh pada kehidupan seorang remaja. Harga diri (*self esteem*) dalam pembicaraan sehari-hari lebih sering dikaitkan dengan situasi tersinggung atau penghargaan terhadap diri maupun orang lain yang dinilai melalui perilaku orang yang bersangkutan.

Harga diri itu sendiri mengandung arti suatu hasil penilaian individu terhadap dirinya yang diungkapkan dalam sikap-sikap yang dapat bersifat positif atau negatif. Bagaimana seseorang menilai tentang dirinya akan mempengaruhi perilaku dalam kehidupan sehari-hari. Harga diri merupakan kunci paling penting dalam pembentukan perilaku yang akan membawa seseorang kearah keberhasilan atau kegagalan (dalam Nurmalasari, 2010).

Harga diri remaja yang positif akan membangkitkan rasa percaya diri, penghargaan diri, rasa yakin akan kemampuan diri, rasa berguna serta rasa bahwa kehadirannya diperlukan dalam kehidupan ini. Remaja yang berprestasi dalam lingkungan sosial akan lebih percaya diri menghadapi lingkungan sosial karena lebih dihargai. Sebaliknya remaja yang memiliki harga diri yang negatif akan cenderung merasa bahwa dirinya tidak mampu dan tidak berharga.

Disamping itu remaja dengan harga diri yang negatif cenderung tidak berani mencari tantangan-tantangan baru dalam hidupnya, lebih senang menghadapi hal-hal yang sudah dikenal dengan baik serta menyenangkan hal-hal yang tidak penuh dengan tuntutan, cenderung tidak merasa yakin akan pemikiran-pemikiran serta perasaan yang dimilikinya, cenderung takut menghadapi respon dari orang lain, tidak mampu membina komunikasi yang baik cenderung merasa hidupnya tidak bahagia. Harga diri merupakan pondasi mental dalam diri seseorang yang akan membuatnya sanggup menghadapi kehidupan.

Walaupun banyak hal yang dapat mempengaruhi harga diri seseorang namun bila tidak didukung dari penghargaan pada dirinya sendiri maka sulit baginya untuk menghadapi kehidupan. Harga diri yang didukung oleh penghargaan pada dirinya sendiri akan membuat seseorang percaya diri, mampu menerima kritik yang baik dan merasa mempunyai keyakinan akan kemampuan untuk mengatasi masalah dalam kehidupan. Sebenarnya harga diri seseorang tidak dengan begitu saja terbentuk. Dari pengalaman hidup, mereka mengenal sikap, keyakinan, cara berfikir, dan berperilaku tertentu yang mereka rumuskan dalam bentuk kebiasaan yang sangat positif.

Dalam penelitian Marshall,dkk (dalam Nurmalasari, 2010) ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara rendah dan tingginya harga diri secara umum. Harga diri tinggi menyajikan hal positif yang lebih diperkirakan dibandingkan yang mempunyai harga diri rendah (Nurmalasari, 2010). Hurlock (2003) melihat harga diri sebagai sesuatu yang merupakan kebutuhan setiap orang dan terasa mulai dari tingkat yang rendah hingga tinggi. Kebutuhan untuk dihargai ini di dalam kehidupan bermasyarakat mempunyai pengaruh yang sangat besar terhadap perilaku seseorang dan mendorong untuk melakukan bermacam-macam hal demi mendapatkan penghargaan dari orang lain. Sarafino (2006) mengemukakan individu akan merasa dirinya dihargai, berharga, dicintai dan merupakan bagian dari lingkungan sosialnya karena menerima dukungan sosial dari lingkungannya yaitu dukungan dari keluarga, teman dan masyarakat.

Selanjutnya Sarafino (2006) mengemukakan seorang remaja yang menerima dukungan sosial akan merasa dirinya dicintai, dihargai, berharga, dan merupakan bagian dari lingkungan sosialnya. Dukungan sosial merupakan cara untuk menunjukkan kasih sayang, kepedulian, dan penghargaan untuk orang lain. Dukungan sosial diperoleh dari hasil interaksi individu dengan orang lain dalam lingkungan sosialnya, dan bisa berasal dari siapa saja, keluarga, pasangan (suami/istri), teman, maupun rekan kerja. Kenyamanan psikis maupun emosional yang diterima remaja dari dukungan sosial akan dapat melindungi dirinya dari konsekuensi stres yang menyimpannya (Baron, 2004).

Sarason, dkk (1990) mengartikan dukungan sosial adalah ada tidaknya seseorang yang dapat dipercaya dapat membantu sehingga individu mengetahui bahwa dirinya berharga dan dapat bahagia di dalam kehidupannya. Rogers (dalam

Widiaryanti, 2008) mengemukakan jika individu di terima secara positif, individu cenderung untuk mengembangkan sikap positif terhadap diri sendiri dan mengembangkan potensi kebahagiaan di dalam kehidupannya.

Hal tersebut menunjukkan betapa pentingnya dukungan sosial dalam membentuk harga diri seseorang. Harga diri seseorang yang positif akan menentukan kepercayaan dirinya terhadap kemampuannya sendiri, sehingga dirinya bisa memaksimalkan potensi yang dimiliki untuk kemajuannya.

B. Identifikasi Masalah

Dukungan sosial adalah kehadiran orang lain yang dapat membuat individu percaya bahwa dirinya dicintai, diperhatikan dan merupakan bagian dari kelompok sosial, yaitu keluarga rekan kerja dan teman dekat (Sarafino, 2006).

Banyaknya macam-macam kebutuhan yang dibutuhkan dari remaja, salah satunya adalah kebutuhan akan adanya kemantapan rasa harga diri yang sangat dibutuhkan oleh para remaja. Rasa harga diri yang mantap, yang antara lain timbul dari adanya tunjangan penghargaan dari orang-orang lain terhadap diri dan usaha-usahanya, akan dapat menjadikan remaja yang bersangkutan penuh rasa percaya diri, yang membuatnya cepat menjadi matang dan dewasa (Santrock, 2003).

C. Batasan Masalah

Dalam penelitian ini perlu dibatasi permasalahan yang akan diteliti agar lebih fokus dan efektif. Adapun variabel yang akan diteliti yaitu dukungan sosial dan harga diri. Subjek penelitiannya yaitu remaja di MAN 2 Model Medan.

D. Rumusan Masalah

Dari latar belakang masalah diatas maka dapat dirumuskan masalah yg akan diteliti yaitu:

1. Apakah terdapat hubungan dukungan sosial yang diberikan keluarga dan teman dengan harga diri pada remaja?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat hubungan dukungan sosial dengan harga diri pada remaja di MAN 2 Model Medan.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini, manfaat yang diharapkan adalah:

1. Manfaat Praktis
 - a. Hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi masyarakat remaja tentang dukungan sosial karena ini merupakan modal yang penting bagi muda-mudi remaja di sekolah dan organisasi dan masyarakat.
 - b. Bagi bahan referensi bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian lanjutan di masa yang akan datang.

2. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dalam pengembangan teori di bidang psikologi, khususnya psikologi perkembangan dan psikologi sosial yang mempunyai kaitan langsung dengan penelitian tentang dukungan sosial dan harga diri.

