

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Remaja

1. Pengertian Remaja

Masa remaja merupakan masa yang sangat penting, sangat krisis dan sangat rentan, karena bila manusia melewati masa remajanya dengan kegagalan, dimungkinkan akan menemukan kegagalan dalam perjalanan kehidupan pada masa berikutnya. Sebaliknya bila masa remaja diisi dengan penuh kesuksesan, kegiatan yang produktif dan berhasil guna, dimungkinkan manusia itu akan mendapatkan kesuksesan dalam perjalanan kehidupan di masa selanjutnya.

Remaja atau *adolescence* berasal dari bahasa latin *adolescere* yang artinya tumbuh kearah kematangan. Kematangan dalam hal ini tidak hanya berarti kematangan fisik tapi terutama kematangan sosial psikologi. Pada tahun 1947, WHO memberikan defenisi tentang remaja yang meliputi biologis, psikologis, dan sosial ekonomi. Defenisi tersebut yaitu :

- a. Individu yang berkembang dari saat pertama kalinya ia menunjukkan tanda-tanda seksual skundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual.
- b. Individu mengalami perkembangan psikologis dan pola identitas dari kanak-kanak menjadi dewasa.
- c. Terjadi peralihan dari ketergantungan sosial ekonomi yang penuh kepada keadaan yang lebih mandiri.

Ditinjau dari bidang kegiatan WHO, yaitu kesehatan, masalah yang dirasakan paling mendesak berkaitan dengan kesehatan remaja adalah kehamilan

yang terlalu awal. Berangkat dari masalah pokok itu, WHO menetapkan batas usia 10 – 20 tahun sebagai batasan usia remaja.

Menurut Depkes RI (2009), masa remaja merupakan suatu proses tumbuh kembang yang berkesinambungan, yang merupakan masa peralihan dari kanak-kanak ke dewasa muda. Dari segi umur remaja dapat dibagi menjadi remaja awal/*early adolescence* (12-16 tahun) dan remaja akhir/*late adolescence* (17-25 tahun).

Menurut Undang-undang nomor 4 tahun 1979 mengenai kesejahteraan anak, remaja adalah individu yang belum mencapai 21 tahun dan belum menikah. Tampaklah di sini bahwa walaupun undang-undang tidak menganggap mereka yang di atas usia 16 tahun (untuk wanita) atau 19 tahun (untuk laki-laki) sebagai anak-anak lagi, mereka juga belum dapat dianggap sebagai dewasa penuh. Oleh sebab itu, masih diperlukan izin orang tua untuk menikahkan mereka. Maka, usia antara 16 tahun sampai 21 tahun inilah yang disejajarkan dengan pengertian remaja.

Menurut Santrock (2003) masa remaja dimulai dari saat sebelum baligh dan berakhir pada usia baligh. Oleh sebagian ahli psikologi, masa remaja berada dalam kisaran usia antara 11 – 19 tahun. Adapula yang mengatakan antara usia 11 – 24 tahun. Selain itu masa remaja merupakan masa transisi (masa peralihan) dari masa anak-anak menuju masa dewasa, yaitu saat manusia tidak mau lagi diperlakukan oleh lingkungan keluarga dan masyarakat sebagai anak-anak, tetapi dilihat dari pertumbuhan fisik, perkembangan psikis (kejiwaan) dan mentalnya belum menunjukkan tanda-tanda dewasa. Pada masa remaja, manusia banyak mengalami perubahan yang sangat *fundamental* dalam kehidupannya baik perubahan fisik dan psikis.

Remaja adalah peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, ada yang memberi istilah: *puberty* (Inggris), *peberteit* (Belanda), *pubertas* (Latin), yang berarti kedewasaan yang dilandasi oleh sifat dan tanda-tanda kelaki-lakian. Adapula yang menggunakan istilah *Adulescentio* (Latin) yaitu masa muda (Hurlock, 2003).

Tumbuh kembang merupakan proses yang berkesinambungan yang terjadi sejak *intrauterine* dan terus berlangsung sampai dewasa. Dalam proses mencapai dewasa inilah anak harus melalui berbagai tahapan tumbuh kembang termasuk tahap remaja. Tahap remaja adalah masa transisi antara masa anak dan dewasa, dimana terjadi pacu tumbuh (*growth spurt*), timbul ciri-ciri seks sekunder, tercapai fertilitas dan terjadi perubahan-perubahan psikologik serta kognitif, (Hurlock, 2003).

Salah satu tugas perkembangan remaja yang harus dilaluinya adalah mampu berfikir secara lebih dewasa dan rasional, serta memiliki pertimbangan yang lebih matang dalam menyelesaikan masalah. Mereka harus mampu mengembangkan standart moral dan kognitif yang dapat dijadikan petunjuk dan menjamin konsesistensi dalam membuat keputusan dan bertindak. Dengan kata lain remaja harus memiliki kemampuan intelektual serta konsepsi yang dibutuhkan untuk menjadi warga masyarakat yang baik. (Sulistyo, 2007).

Secara umum dapat dikatakan bahwa perkembangan yang sehat adalah bilamana anak tumbuh menjadi seorang remaja yang sehat fisik maupun psikologis serta terhindar dari cacat sosial, seperti kecanduan narkoba, tindakan kriminal, dan lain-lainnya. Secara seksual perkembangan yang dianggap berhasil meliputi membangun hubungan antara mereka yang akrab dan kasih tanpa sampai

terjadi kehamilan yang tidak dikehendaki atau terjangkit penyakit menular seksual (Nurmalasari, 2010).

B. Harga Diri

1. Pengertian Harga Diri

Harga diri (*self esteem*) adalah suatu evaluasi terhadap diri sendiri, yang mana akan menentukan seberapa jauh seseorang akan menyukai dirinya (Sulistyo, 2007). Sedangkan menurut Branden (2001) harga diri adalah bagaimana perasaan seseorang terhadap dirinya sendiri, sejauh mana seseorang menghargai dan menilai dirinya sendiri.

Sarafino (2006) mengemukakan individu akan merasa dirinya dihargai, berharga, dicintai dan merupakan bagian dari lingkungan sosialnya karena menerima dukungan sosial dari lingkungannya. Menurut Coopersmith (dalam Sulistyo, 2007) menyatakan harga diri merupakan penilaian diri yang dilakukan oleh seorang individu dan biasanya berkaitan dengan dirinya sendiri, penilaian tersebut mencerminkan sikap penerimaan atau penolakan dan menunjukkan seberapa jauh individu percaya bahwa dirinya mampu, penting, berhasil dan berharga.

Branden (2001) mengemukakan bahwa harga diri merupakan persepsi diri seseorang tentang keberhargaannya yang diperoleh dari hasil interaksi dengan lingkungan yang berwujud penghargaan, penerimaan dan perlakuan orang lain terhadap dirinya.

Dari definisi-definisi di atas maka dapat disimpulkan bahwa harga diri adalah suatu penilaian terhadap diri sendiri yang mencerminkan sikap penerimaan atau penolakan dan menunjukkan seberapa jauh individu percaya bahwa dirinya mampu, penting, berhasil dan berharga.

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Harga Diri

Menurut Koentjoro (dalam Nurmalasari, 2010) harga diri yang dimiliki oleh individu selalu mengalami perkembangan. Hal-hal yang mempengaruhi harga diri adalah :

a. Dukungan lingkungan keluarga

Keluarga merupakan lingkungan tempat sosialisasi pertama bagi anak perlakuan adil, pemberian kesempatan untuk aktif dan pendidikan yang demokratis di dapat pada anak 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 akan mengarahkan individu mampu menentukan arah lainnya pada saat mulai memasuki hidup bermasyarakat sebagai masyarakat yang sudah dewasa.

d. Jenis kelamin

Perbedaan jenis kelamin mengakibatkan terjadinya perbedaan dalam pola pikir, cara berpikir, dan bertindak antara laki-laki dan perempuan.

Menurut Michener dan Delameter (dalam Nurmalasari, 2010) faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri yaitu:

1. Menunjukkan penerimaan, afeksi, minat, dan keterlibatan pada kejadian-kejadian atau kegiatan yang dialami anak.
2. Menerapkan batasan-batasan jelas pada anak secara teguh dan konsisten.
3. Memberikan kebebasan dalam batas-batas dan menghargai inisiatif.
4. Menerapkan bentuk disiplin yang tidak memaksa (menghindari hak-hak istimewa dan mendiskusikan alasan-alasannya daripada memberikan hukuman fisik).

Berdasarkan uraian diatas disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri yaitu dukungan lingkungan keluarga, dukungan lingkungan sosial, faktor psikologis, jenis kelamin, menunjukkan penerimaan, menerapkan batasan-batasan, memberikan kebebasan, menghargai inisiatif dan menerapkan bentuk disiplin yang tidak memaksa.

3. Aspek-Aspek Harga Diri

Coopersmith (dalam Sulisty, 2007) mengemukakan ada tiga aspek harga diri, yaitu :

- a. Rasa Diterima

Rasa ini berupa merasa sebagai bagian dari suatu kelompok, dihargai, diterima oleh anggota kelompok lainnya.

- b. Rasa Mampu

Rasa ini berupa rasa mampu untuk melakukan sesuatu yang penting karena akan mendorong kemajuan.

- c. Rasa Dibutuhkan

Rasa ini berupa merasa berharga, berarti, dan bernilai.

Sedangkan aspek-aspek harga diri menurut Buss dan Brandon (dalam Sulistyono, 2007) yaitu :

a. Kepercayaan Diri

Aspek ini meliputi komponen penampilan, kemampuan, dan kekuatan.

b. Cinta diri sendiri

Aspek ini meliputi komponen penghargaan social, sumber pengganti, dan moralitas.

c. Penerimaan Diri

Kemampuan individu dalam mengatasi masalah dan tantangan dalam kehidupan.

Berdasarkan uraian diatas disimpulkan aspek-aspek harga diri yaitu rasa diterima, rasa mampu, rasa dibutuhkan, kepercayaan diri, cinta diri sendiri, penerimaan diri.

4. Karakteristik Harga Diri

Branden (2001) membagi tingkatan harga diri individu ke dalam dua golongan yaitu tinggi dan rendah. Setiap jenis harga diri tersebut mempunyai karakteristik sendiri-sendiri pada individu, yaitu :

a. Individu dengan harga diri tinggi mempunyai ciri-ciri :

1. Secara umum merasa puas akan dirinya dan dapat menerima keadaan dirinya.
2. Selalu merasa baik dan dapat menghadapi keadaan. Ketika keadaan memburuk mereka akan berfikir bahwa hal tersebut tidak akan berlangsung lama. Mereka dapat menerima dan menghadapi perubahan.
3. Mudah dan senang tersenyum. Memiliki keyakinan positif akan diri sendiri, keluarga, dan lingkungan sebagai suatu kesatuan.

4. Selalu bersemangat, sehingga mereka mampu menetapkan dan mencapai tujuan yang diharapkan.
 5. Ramah, menikmati bertemu dan berbaur dengan orang-orang baru.
 6. Menarik bagi orang lain, sehingga mereka mampu menjalin dan mempertahankan suatu hubungan persahabatan.
 7. Selalu menatap mata lawan bicara, sehingga menunjukkan bahwa mereka dapat dipercaya dan mampu dalam menjalin hubungan dekat atau hubungan kasih sayang.
 8. Berani mengambil resiko, merupakan seorang yang mandiri dan dapat mengurus kepentingan dirinya sendiri.
 9. Memiliki hal-hal positif, seperti memiliki tingkah laku yang baik dan prestasi yang memuaskan.
 10. Hal-hal yang tidak dapat diobservasi orang lain, diantaranya berbicara positif tentang diri sendiri, selalu berbicara jujur, bersyukur akan kehidupannya, dapat memaafkan diri sendiri dan orang lain, penuh perhatian pada orang lain dan memiliki hati nurani.
- b. Individu dengan harga diri rendah mempunyai ciri-ciri :
1. Sering memikirkan keadaan diri sendiri dan merasa tidak puas akan keadaan dirinya.
 2. Merasa tertekan dan takut dalam menghadapi keadaan yang tidak menyenangkan.
 3. Biasanya mereka senang membantah dan lebih suka mengasingkan diri dari orang tua dan figure yang dianggap berkuasa.

4. Susah untuk tersenyum karena memiliki keyakinan negatif terhadap dirinya, sehingga merasa tidak banyak yang bisa diharapkan dari diri sendiri, keluarga, dan lingkungan.
5. Tidak bersemangat, serta tidak memiliki keinginan dan kemampuan dalam menetapkan dan mencapai tujuan.
6. Senang menyendiri. Lebih memilih menyendiri daripada bertemu dan berbaur dengan orang-orang baru.
7. Mempunyai kesulitan dalam menjalin dan mempertahankan suatu hubungan persahabatan.
8. Menghindari bertatap mata dengan orang lain. Sulit untuk percaya pada orang lain sehingga memiliki kesulitan untuk berhubungan dekat dan menjalin hubungan kasih sayang dengan orang lain.
9. Menolak menghadapi resiko. Mereka kurang bisa mencurahkan kasih sayang dan cenderung berpura-pura dalam berhubungan dengan orang lain.
10. Memiliki hal-hal negatif. Pada kasus yang ekstrim mereka dapat menjadi antisosial dan melakukan tindak kekerasan.
11. Hal-hal yang tidak dapat diobservasi orang lain, diantaranya sering berbicara negatif tentang diri sendiri, tidak berbicara jujur, tidak bisa memaafkan kesalahan diri sendiri dan orang lain, dan kurang memiliki rasa empati terhadap orang lain.

Khera (2003) memberikan beberapa karakteristik orang yang memiliki harga diri tinggi dan rendah yaitu :

Tabel 1.

Karakteristik Harga Diri Tinggi dan Rendah

Harga diri tinggi	Harga diri rendah
1. Disiplin	1. Egois
2. Percaya diri	2. Agresif
3. Optimistik	3. Ragu-ragu
4. Menyukai gagasan	4. Kesepian
5. Bertanggungjawab	5. Tidak terkendali
6. Memiliki motivasi belajar	6. Mudah tersinggung
7. Menghormati orang lain	7. Menentang kekuasaan
8. Menyukai kesopanan	8. Suka membicarakan orang lain
9. Mengetahui batas	9. Menyalahkan orang lain

Sumber : Khera (2003).

Sedangkan Myers (dalam Branden, 2001), membagi dua kelompok harga diri berdasarkan tinggi rendahnya.

Adapun karakteristik dua kelompok tersebut adalah :

a. Harga diri tinggi memiliki kecenderungan karakteristik :

1. Menghormati diri sendiri.
2. Menganggap diri berharga.
3. Tidak menganggap dirinya sempurna atau lebih baik dari orang lain tetapi juga tidak lebih buruk.

b. Harga diri rendah memiliki kecenderungan karakteristik :

1. Menolak dirinya secara verbal dan aktif.
2. puas dengan dirinya.

3. Tidak menyukai gambaran dirinya dalam bentuk hubungan dengan orang lain.
4. Tidak menyukai gambaran dirinya dan menginginkan yang berbeda namun tidak yakin akan mampu mengubahnya.

Karakteristik-karakteristik diatas menjelaskan perbedaan antara harga diri rendah dengan harga diri yang dimiliki seseorang. Dengan adanya perbedaan tersebut maka mahasiswa yang memiliki harga diri tinggi akan merasa dirinya adalah orang yang berharga, puas akan dirinya sendiri, dapat menerima kritik, tahu akan keterbatasan dirinya, rendah hati, aktif, mandiri, dan berani mengambil resiko. Sedangkan mahasiswa yang memiliki harga diri rendah akan menganggap dirinya tidak berharga, mudah tersinggung, tidak yakin akan kemampuan dirinya sendiri, tidak bersemangat, merasa diasingkan dan mudah menyerah.

C. Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan Sosial

Setiap manusia membutuhkan membutuhkan kehadiran orang lain dalam kehidupannya. Remaja tidak dapat hidup sendiri meskipun remaja itu sangat mandiri. menurut Cob (dalam Sulisty, 2007), dukungan sosial merupakan informasi yang menuntut seseorang meyakini bahwa dirinya diurus dan disayang. Dukungan sosial memberikan dorongan atau pengorbanan, semangat dan nasihat kepada orang lain dalam satu situasi (Chaplin, 2004)

Menurut Sarafino (2006) dukungan sosial adalah suatu dorongan yang dirasakan, penghargaan, dan kepedulian yang diberikan oleh orang-orang yang berada di sekeliling individu sehingga dukungan yang dirasakan akan sangat penting. Dukungan sosial adalah pemberiaan informasi baik secara verbal maupun

non verbal, pemberian bantuan tingkah laku atau pemberian materi yang menuntut seseorang meyakini bahwa dirinya diurus dan disayang.

Seringkali dukungan sosial diartikan sebagai informasi atau nasehat verbal dan non verbal ,bantuan nyata atau tindakan yang diberikan oleh jaringan sosial yang dimiliki oleh individu dan hal ini mempunyai efek emosional atau perilaku bagi si penerima (Gotlieb dalam Tarmidi, 2010). Ritter (dalam Tarmidi , 2010) mengatakan dukungan sosial mengacu pada bantuan *emosional*, *instrumental* dan *finansial* yang diperoleh dari jaringan sosial individu.

Johnson (dalam Nurmalasari, 2010) mendefinisikan dukungan sosial sebagai keberadaan orang lain yang dapat diandalkan untuk dimintai bantuan, dorongan dan penerimaan apabila individu mengalami kesulitan. Pendapat yang hampir sama juga dikemukakan oleh Etzion (dalam Nurmalasari, 2010) bahwa dukungan sosial merupakan hubungan atau transaksi interpersonal yang di dalamnya terdapat satu atau lebih bantuan dalam bentuk fisik (*Instrumental*), informasi yang menuntut seseorang untuk meyakini bahwa dirinya ternyata masih diurus dan disayangi.

Defenisi dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diberikan orang lain atau kelompok kepada individu (Sarafino, 2006). Sementara defenisi dukungan sosial menurut Sarason (1990) adalah sebagai peran yang dimainkan oleh teman-teman dan relatif dalam memberikan nasihat, bantuan dan beberapa diantaranya untuk menceritakan perasaan pribadi.

Cohen dan Wills (dalam Andayani, 1998) mendefinisikan dukungan sosial sebagai pertolongan dan dukungan yang diperoleh seseorang dari

interaksinya dengan orang lain. dukungan sosial tumbuh oleh adanya persepsi bahwa terdapat orang-orang yang akan membantu apabila terjadi suatu keadaan atau peristiwa yang dipandang akan menimbulkan masalah dan bantuan tersebut dirasakan dapat menaikkan perasaan positif serta mengangkat harga diri. kondisi atau keadaan psikologis ini dapat mempengaruhi respon-respon dan perilaku individu sehingga berpengaruh terhadap kesejahteraan individu.

Baron (2004) mendefinisikan dukungan sosial sebagai sumber *emosional, informasional* atau pendampingan yang diberikan oleh orang-orang sekitar individu untuk menghadapi setiap permasalahan dan krisis yang terjadi sehari-hari dalam kehidupan. Baron (2004) mendefinisikan dukungan sosial sebagai dukungan atau bantuan yang berasal dari orang lain seperti teman, tetangga, teman kerja dan orang-orang sekitar lainnya.

Rook (dalam Hayati, 2010) mendefinisikan dukungan sosial sebagai salah satu fungsi pertalian sosial yang menggambarkan tingkat dan kualitas umum dari hubungan interpersonal yang akan melindungi individu dari konsekuensi stres. Dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, timbul rasa percaya diri dan kompeten. Tersedianya dukungan sosial akan membuat individu merasa dicintai, dihargai dan menjadi bagian dari kelompok. Senada dengan pendapat di atas (Sarafino, 2006) menyatakan bahwa individu yang memperoleh dukungan sosial akan meyakini individu dicintai, dirawat, dihargai, berharga dan merupakan bagian dari lingkungan sosialnya. Menurut Schwarzer and Leppin (dalam Hayati, 2010) dukungan sosial dapat dilihat sebagai fakta sosial atas dukungan yang sebenarnya terjadi atau diberikan

oleh orang lain kepada individu (*perceived support*) dan sebagai kognisi individu yang mengacu pada persepsi terhadap dukungan yang diterima (*received support*).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah dukungan atau bantuan yang berasal dari orang yang memiliki hubungan sosial akrab dengan individu yang menerima bantuan. Bentuk dukungan ini dapat berupa informasi, tingkah laku tertentu, ataupun materi yang dapat menjadikan individu yang menerima bantuan merasa disayangi, diperhatikan dan bernilai.

2. Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Sosial

Menurut Baron (2004) faktor- faktor yang mempengaruhi dukungan sosial adalah sebagai berikut :

b. Kebutuhan fisik

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

c. 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.

d. 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 uraian diatas disimpulkan faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial adalah kebutuhan fisik, kebutuhan social, dan kebutuhan psikis.

3. Aspek-Aspek Dukungan Sosial

Menurut Cohen & Syme (dalam Widiaryanti, 2008), aspek dukungan sosial dalam 4 kategori yaitu :

- a. Dukungan informasi, yaitu memberikan penjelasan tentang situasi dan segala sesuatu yang berhubungan dengan masalah yang sedang dihadapi individu. Dukungan ini, meliputi memberikan nasehat, petunjuk, masukan atau penjelasan bagaimana seseorang bersikap.
- b. Dukungan *emosional*, yang meliputi ekspresi empati misalnya mendengarkan, bersikap terbuka, menunjukkan sikap percaya terhadap apa yang dikeluhkan, mau memahami, ekspresi kasih sayang dan perhatian. Dukungan *emosional* akan membuat si penerima merasa berharga, nyaman, aman, terjamin, dan disayangi.
- c. Dukungan *instrumental* adalah bantuan yang diberikan secara langsung, bersifat fasilitas atau materi misalnya menyediakan fasilitas yang diperlukan, meminjamkan uang, memberikan makanan, permainan atau bantuan yang lain.
- d. Dukungan *appraisal* atau penilaian, dukungan ini bisa terbentuk penilaian yang positif, penguatan (pembenaran) untuk melakukan sesuatu, umpan

balik atau menunjukkan perbandingan sosial yang membuka wawasan seseorang yang sedang dalam keadaan stres.

Menurut Wangmuba (2009) Dukungan sosial mencakup dukungan informasi berupa saran nasehat, dukungan perhatian atau emosi berupa kehangatan, kepedulian dan empati, dukungan instrumental berupa bantuan materi atau *finansial* dan penilaian berupa penghargaan positif terhadap gagasan atau perasaan orang lain.

Menurut House (dalam Widiaryanti, 2008), dukungan sosial diklasifikasikan menjadi 4 jenis yaitu ;

a. Dukungan *emosional*

Dukungan ungkapan empati, kepedulian, dan perhatian terhadap orang bersangkutan.

b. Dukungan penghargaan

Terjadi lewat ungkapan hormat atau penghargaan positif untuk orang lain itu, dorongan maju atau persetujuan dengan gagasan perasaan individu dan perbandingan positif orang dengan orang lain misalnya orang itu kurang mampu atau lebih buruk keadaannya atau menambah harga diri.

c. Dukungan *instrumental*

Mencakup bantuan langsung misalnya dengan memberi pinjaman uang kepada orang yang membutuhkan atau menolong dengan memberi pekerjaan pada orang yang tidak punya pekerjaan.

d. Dukungan *informatif*

Mencakup pemberian nasihat, saran, pengetahuan, informasi serta petunjuk.

Menurut Sarafino (2006) membagi dukungan sosial kedalam 5 bentuk, yaitu :

a. Dukungan *instrumental (tangible or instrumental support)*

Bentuk dukungan ini merupakan penyediaan materi yang dapat memberikan pertolongan langsung seperti pinjaman uang, pemberian barang, makanan serta pelayanan. Bentuk dukungan ini dapat mengurangi kecemasan karena individu dapat langsung memecahkan masalahnya yang berhubungan dengan materi. Dukungan instrumental sangat diperlukan dalam mengatasi masalah yang dianggap dapat dikontrol.

b. Dukungan *informasional (informational support)*

Bentuk dukungan ini melibatkan pemberian informasi, pengetahuan, petunjuk, saran atau umpan balik tentang situasi dan kondisi individu. Jenis informasi seperti ini dapat menolong individu untuk mengenali dan mengatasi masalah dengan lebih mudah.

c. Dukungan *emosional (emotional support)*

Bentuk dukungan ini melibatkan rasa empati, ada yang selalu mendampingi, adanya suasana kehangatan, dan rasa diperhatikan akan membuat individu memiliki perasaan nyaman, yakin, diperdulikan dan dicintai oleh sumber dukungan sosial sehingga individu dapat menghadapi masalah dengan lebih baik. Dukungan ini

sangat penting dalam menghadapi keadaan yang dianggap tidak dapat dikontrol.

d. Dukungan pada harga diri (*esteem support*)

Bentuk dukungan ini berupa penghargaan positif pada individu, pemberian semangat, persetujuan pada pendapat individu dan perbandingan yang positif dengan individu lain. Bentuk dukungan ini membantu individu dalam membangun harga diri dan kompetensi.

e. Dukungan dari kelompok sosial (*network support*)

Bentuk dukungan ini akan membuat individu merasa menjadi anggota dari suatu kelompok yang memiliki kesamaan minat dan aktivitas sosial dengan kelompok. Dengan begitu individu akan memiliki perasaan senasib.

Berdasarkan uraian diatas aspek-aspek dukungan sosial yaitu dukungan *emosional*, dukungan *instrumental*, dukungan penghargaan, dan dukungan *informatif*, dukungan penilaian, dukungan pada harga diri, dan dukungan dari kelompok social.

D. Hubungan Dukungan Sosial Dengan Harga Diri Remaja

Dukungan sosial setiap manusia membutuhkan kehadiran orang lain dalam kehidupannya. Individu tidak dapat hidup sendiri meskipun orang itu sangat mandiri. Johnson (dalam Nurmalasari, 2010) mendefenisikan dukungan sosial sebagai keberadaan orang lain yang dapat diandalkan untuk dimintai bantuan, dorongan dan penerimaan apabila individu mengalami kesulitan. Pendapat yang hampir sama juga dikemukakan oleh Etzion (dalam Nurmalasari, 2010) bahwa

dukungan sosial merupakan hubungan atau transaksi *interpersonal* yang di dalamnya terdapat satu atau lebih bantuan dalam bentuk fisik (*Instrumental*), informasi yang menuntut seseorang untuk meyakini bahwa dirinya ternyata masih diurus dan disayangi.

Dukungan sosial akan berdampak pada kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diberikan orang lain atau kelompok kepada seseorang (Sarafino, 2006). Sementara defenisi dukungan sosial menurut Baron (2004) adalah sebagai peran yang dimainkan oleh teman-teman dan relatif dalam memberikan nasihat, bantuan dan beberapa diantaranya untuk menceritakan perasaan pribadi.

Branden (2001) mengemukakan bahwa harga diri merupakan persepsi diri seseorang tentang keberhargaannya yang diperoleh dari hasil interaksi dengan lingkungan yang berwujud penghargaan, penerimaan dan perlakuan orang lain terhadap dirinya.

Dari definisi-definisi di atas maka dapat disimpulkan bahwa harga diri adalah suatu penilaian terhadap diri sendiri yang mencerminkan sikap penerimaan atau penolakan dan menunjukkan seberapa jauh individu percaya bahwa dirinya mampu, penting, berhasil dan berharga.

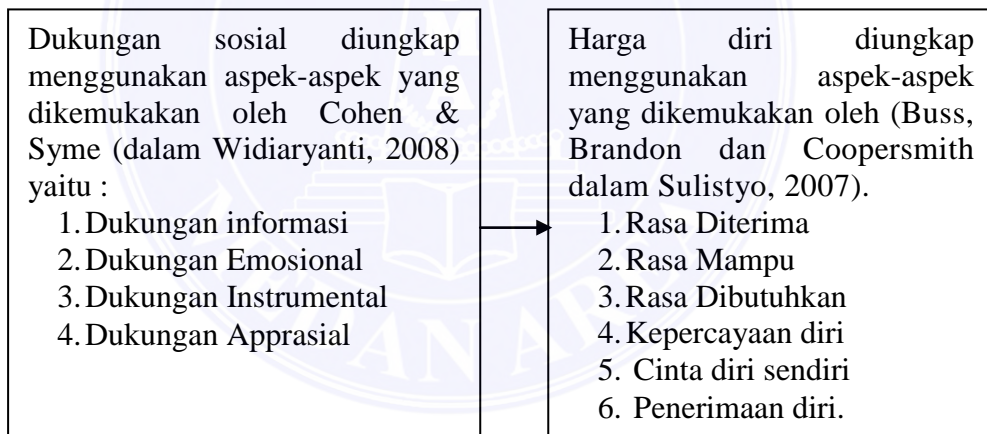
Remaja adalah peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, ada yang memberi istilah: *puberty* (Inggris), *peberteit* (Belanda), *pubertas* (Latin), yang berarti kedewasaan yang dilandasi oleh sifat dan tanda-tanda kelaki-lakian. Adapula yang menggunakan istilah *Adulescentio* (Latin) yaitu masa muda (Rumini & Sundari, 2004). Adanya dukungan sosial sangat berpengaruh harga diri pada remaja, dimana dukungan sosial adalah dapat mempengaruhi harga diri yang baik pada remaja . remaja sangat membutuhkan dukungan sosial agar dapat membuat remaja yakin

bahwa dirinya dibutuhkan ditengah lingkungan keluarga ,sosial dan masyarakat. Dukungan sosial dari keluarga merupakan peranan penting untuk menciptakan harga diri yang tinggi pada remaja.

E. Kerangka Konseptual

Mengacu pada tinjauan pustaka yang telah dijelaskan di atas bahwa penelitian ini ditujukan untuk melihat hubungan dukungan sosial dengan harga diri pada remaja. Hal ini dituangkan dalam kerangka konseptual oleh peneliti. Kerangka konseptual merupakan kerangka berpikir yang menjelaskan keterkaitan antar variabel, yaitu dukungan sosial dengan harga diri pada remaja.

Kerangka konseptual di atas dapat digambarkan dalam bagan sebagai berikut :



F. Hipotesis

Hipotesis yaitu, terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan harga diri pada remaja, dengan asumsi apabila dukungan sosial tinggi, maka harga diri remaja juga tinggi, dan sebaliknya apabila dukungan sosial rendah, maka harga dirinya juga rendah.

