

Original Research

Hubungan Dukungan Sosial Dengan Harga Diri Remaja SMA

Mellenia Renadine Sovianita¹, Endang Caturini Sulistyowati^{2*}, Sugiyarto³

^{1, 2, 3} Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Surakarta, Indonesia

ABSTRACT

Background: Adolescence can be defined as a period of very rapid growth and development both physically, psychologically and intellectually. Adolescence is also a time when individuals are searching for self-identity. During adolescence, every individual wants high self-esteem both in their internal and external environment. Self-esteem can be interpreted as an individual's assessment of himself positively or negatively and can be influenced by various factors, one of which is relationships with other people or social support from other people, especially significant others such as parents, siblings, family and peers. The Research aimed to determine the relationship between social support and adolescent self-esteem at SMA di Surakarta.

Method: This research uses a correlational analytical design with a cross sectional approach. The sampling technique used was Simple Random Sampling with a sample of 400 people.

Results: There is a significant relationship ($p=0.000<0.05$) between social support and self-esteem with strong correlation (0.662).

Conclusion: There is a significant relationship between social support and adolescent self-esteem at senior high school.

ARTICLE HISTORY

Received : May 21th 2024

Revised : May 29th 2024

Accepted : May 31th 2024

KEYWORDS

dukungan sosial, harga diri, remaja.

CONTACT

Endang Caturini S

endangcaturini70@gmail.com

Jurusan Keperawatan

Poltekkes Kemenkes

Surakarta, Jln. Letjen Sutoyo,

Mojosongo, Surakarta,

Indonesia.

Cite this as:

Sovianita, M, R., Sulistyowati, E, C., & Sugiyarto. (2024). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Harga Diri Remaja SMA.

PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (WHO) remaja di dunia diperkirakan berjumlah 1,2 miliar atau 18% dari jumlah penduduk dunia (WHO,2020). Menurut Badan Pusat Statistik pada tahun 2022 remaja di Indonesia dengan usia 15-19 tahun sebanyak 22.1 juta jiwa dan di Provinsi Jawa Tengah remaja usia 10-19 tahun berjumlah 5,5 juta jiwa (BPS, 2022).

Remaja dapat diartikan sebagai masa pertumbuhan dan perkembangan yang berlangsung sangat pesat baik secara fisik, psikologis, dan intelektual. Masa remaja juga merupakan masa dimana individu sedang melakukan pencarian identitas diri, oleh sebab itu remaja mempunyai sifat yang khas seperti rasa keingintahuan yang tinggi, menyukai petualangan dan tantangan, serta cenderung berani menanggung risiko atas perbuatannya tanpa pertimbangan yang matang. Kondisi ini dapat menempatkan remaja jatuh ke dalam perilaku beresikodan mungkin harus menanggung akibat jangka panjang maupun jangka pendek dalam berbagai masalah kesehatan fisik dan psikososial (Riskesdas, 2018).

Masalah psikososial yang dialami remaja diantaranya adalah depresi, perubahan psikoseksual, pengaruh teman sebaya, perilaku beresiko tinggi, gangguan perkembangan moral dan kegagalan pembentukan identitas diri yang akan mempengaruhi harga diri seseorang (Saputra et al., 2020).

Harga diri (self-esteem) dapat diartikan sebagai evaluasi individu terhadap dirinya sendiri secara positif atau negatif. Harga diri terkait dengan cara penting individu melakukan kehidupan sehari-hari. Individu dengan harga diri positif cenderung lebih bahagia, lebih sehat, lebih sukses, dan lebih mudah beradaptasi. Disisi lain, individu yang menilai diri mereka secara negatif cenderung relatif tidak sehat, cemas, depresi, pesimis tentang masa depan mereka (Anggara, 2018).

Faktor yang mempengaruhi perkembangan harga diri remaja adalah hubungan dengan orang lain atau dukungan sosial dari orang lain terutama significant others seperti orang tua, saudara kandung, keluarga dan teman-teman sebayanya (Surasa & Murtiningsih, 2021). Menurut Branden, (2001) dalam bukunya mengatakan harga diri dipengaruhi oleh orang tua, saudara kandung, sekolah, teman sebaya, dan masyarakat. Dari beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa harga diri seseorang dapat dipengaruhi oleh dukungan sosial dari orang lain terutama *significant others*.

Dukungan sosial merupakan bentuk membantu orang lain dengan rasa nyaman, penghargaan, dan kepedulian terhadap seorang individu dari individu lain atau kelompok (Sarafino dan Smith dalam Salsabilla, 2019). Karna, (2018) mendefinisikan dukungan sosial sebagai dukungan atau bantuan yang berasal dari orang lain seperti orang tua, teman, tetangga, dan orang-orang lainnya. Pendapat lain mengatakan dukungan sosial merupakan sebuah informasi atau tanggapan dan penghargaan dari pihak lain yang disayangi dan dicintai, yang menghargai dan menghormati, mencakup suatu hubungan komunikasi dan situasi yang saling bergantung yang bisa dikatakan sebagai sumber dukungan sosial (Santrock dalam Aristya & Rahayu, 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan Budianti (2015) pada 50 remaja yang ada di Kota Surakarta dengan rentang usia 14-19 tahun dijelaskan bahwa 50% diantaranya menunjukkan perasaan malu dan tidak percaya diri. Selain itu 20% dari 50 remaja merasa pesimis terhadap kemampuan yang dimiliki. Selanjutnya 46% remaja merasa takut untuk membina hubungan sosial. Hasil lain didapatkan 34% remaja di Kota Surakarta pasif dan tidak konsisten yang ditunjukkan dengan perilaku remaja saat diminta berpendapat justru

akan melimpahkan kesempatan berpendapatnya ke orang lain. Berdasarkan hasil kesimpulan wawancara dengan 10 siswa SMA Negeri 8 Surakarta pada Selasa, 28 September 2022, 4 (empat) dari 10 (sepuluh) siswa mengatakan sering mengalami suara bergetar saat berbicara di depan kelas karena tidak percaya diri. Sedangkan 6 siswa lainnya mengatakan mereka cukup percaya diri karena mereka selalu mendapat dukungan dari orang tua dan teman-temannya.

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas dan beberapa hasil penelitian yang beragam serta studi pendahuluan yang telah dilakukan maka peneliti melakukan penelitian hubungan dukungan sosial keluarga dan teman sebayadengan harga diri remaja di SMA di Surakarta

BAHAN DAN METODE

Pada penelitian ini, digunakan metode penelitian analitik korelasional dengan desain pendekatan *Cross Sectional*. Pendekatan Cross Sectional adalah pendekatan yang dilakukan dalam penelitian untuk mempelajari adanya korelasi antara faktor-faktor dengan cara pendekatan atau pengumpulan data variabel dependen dan variabel

independen dimana keduanya dilakukan dalam sekali waktu yang sama (Paramita et al., 2021).

Penelitian ini dilakukan di SMA di Surakarta. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret - April 2023. Populasi pada penelitian ini adalah siswa aktif SMA di Surakarta yang berjumlah 1.180 siswa yang terbagi dalam 33 kelas.

Metode pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *Simple Random Sampling* kemudian untuk menentukan besar sample menggunakan rumus *Slovin*.

Analisa data pada penelitian ini menggunakan analisa univariat dan analisis bivariat. Analisa univariat terdiri, usia dan jenis kelamin. Analisa bivariat menggunakan uji korelasi *pearson productmoment* (PPM) untuk mengetahui ada atau tidak hubungan dalam penelitian ini

HASIL

Karakteristik Responden

Rata-rata responden berusia 16 tahun dengan usia termuda 14 tahun dan usia tertua 19 tahun. Didominasi jenis kelamin perempuan sebanyak 61% dengan harga diri tinggi sebanyak 95,9%.

Tabel 1. Karakteristik responden

| Karakteristik | Mean | Med | St. Dev | Min-Max |
|---------------|-------------------|-----|------------|-------------|
| Usia | 16,21 | 146 | 0,828 | 14-19 tahun |
| Karakteristik | Frekuensi | | Persentase | |
| Jenis Kelamin | Perempuan | 244 | 61% | |
| | Harga diri rendah | 10 | 4,1% | |
| | Harga diri tinggi | 234 | 95,9% | |
| | Laki-laki | 156 | 39% | |
| | Harga diri rendah | 6 | 3,8% | |
| | Harga diri tinggi | 150 | 96,2% | |

Dukungan sosial yang dimiliki responden dalam penelitian ini didominasi dalam kategori tinggi 98% demikian juga harga diri responden dalam kategori tinggi 96%.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Dukungan Sosial dan Harga Diri

| | Variabel | Frekuensi | Presentase (%) |
|-----------------|---------------------|-----------|----------------|
| Dukungan sosial | Rendah | 10 | 2% |
| | Tinggi | 390 | 98% |
| | Dengan Orang Tua | | |
| | Rendah | 14 | 3% |
| | Tinggi | 386 | 97% |
| | Dengan Teman sebaya | | |
| Harga diri | Rendah | 30 | 7% |
| | Tinggi | 370 | 93% |
| | Rendah | 16 | 4% |
| | Tinggi | 384 | 96% |

Hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan signifikan ($p=0.000<0.05$) antara dukungan sosial dan harga diri, dengan arah positif dan nilai korelasi 0.662 menunjukkan derajat hubungan kuat

Tabel 3. Analisa Person Product Moment antara Dukungan Sosial Dengan Harga Diri i Remaja di SMA di Surakarta

| Variabel | <i>Pearson Correlation</i> | <i>P value</i> |
|----------------------------|----------------------------|----------------|
| Dukungansosial –Harga diri | 0,662 | 0,000 |

PEMBAHASAN

Berdasarkan karakteristik usia responden data penelitian ini, didapatkan bahwa rata-rata usia responden adalah 16 tahun dengan usia termuda 14 tahun dan usia tertua 19 tahun. Usia keseluruhan responden termasuk ke dalam kategori remaja madya (14-19 tahun) sebanyak 267 (67%) dan remaja akhir (17-20 tahun) sebanyak 133 (33%) Menurut Pratama dan Yanti, (2021) salah satu tugas perkembangan utama remaja madya adalah membangun identitas diri yang stabil. Selama remaja madya, mereka akan mulai mencari tahu tentang siapa mereka, apa yang mereka sukai, dan apa yang mereka inginkan. Hal ini penting dalam membentuk harga diri yang positif, karena remaja yang memiliki pemahaman jelas tentang identitas mereka cenderung merasa lebih percaya diri dan nyaman dengan dirimereka sendiri. Remaja akhir, atau yang dikenal sebagai dewasa muda memiliki tugas perkembangan yang berbeda untuk mencapai harga diri yang positif. Menurut teori Erik Erikson dalam Salsabhilla, (2019) tahap perkembangan yang dilalui oleh dewasa muda adalah keintiman versus isolasi. Pada tahap ini seseorang akan mencari artihubungan dengan orang lain serta mempereratinya. Di tahap ini dewasa muda akan memperdalam rasa kasih sayang dan kepedulian kepada orang lain seperti keluarga, teman, maupun orang spesial lain atau significant others. Jika hubungan dengan orang lain tidak terbangun dengan baik maka akan dapat merasa kecewa sehingga mengisolasi diri dari orang lain karena merasa takut ditolak.

Berdasarkan karakteristik jenis kelamin data penelitian, didapatkan jumlah responden didominasi oleh jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 244 (61%) pada tingkat harga diri tinggi sebesar 95,9% sedangkan berjenis kelamin laki-laki sebanyak 156 (39%) pada tingkat harga diri tinggi sebesar 96,2%. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bintang dan Mandagi, (2021) yang menyebutkan bahwa karakteristik responden dalam penelitian yang dilakukan di SMA XY mayoritas perempuan yaitu sebanyak 121 responden (76,58%). Jenis kelamin merupakan perbedaan antara perempuan dengan laki-laki secara biologis sejak seseorang lahir. Menurut Dalila et al., (2021) jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi harga diri. Jenis kelamin dapat mempengaruhi harga diri remaja. Dalam penelitian ini juga menemukan bahwa karena peran gender biasa terlihat dimasyarakat. Sejak kecil anak-anak dijejaskan dengan stereotip gender yang menetapkan harapan untuk bagaimana mereka berperilaku sesuai dengan jenis kelamin mereka. Remaja perempuan seringkali diberitahu untuk tampil cantik, sopan, ramah, sementara remaja laki-laki sering diharapkan menjadi kuat, berani, dan atletis. Jika mereka tidak memenuhi harapan ini, remaja dapat merasa rendah diri dan merasa tidak cocok di dalam kelompok sosial mereka. Hal ini dapat berdampak pada harga diri mereka dan mengakibatkan rendahnya kepercayaan diri.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial yang dimiliki remaja di SMA di Surakarta yang menjadi subjek dalam penelitian ini berada pada kategori tinggi (98%). Ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja di SMA di Surakarta menerima dukungan sosial yang cukup dari orang-orang disekitarnya. Dengan katalain, mayoritas remaja dalam kesehariannya sudah merasa mendapatkan dukungan sosial dari orang-orang yang memiliki hubungan dekat dengan dirinya, baik dalam bentuk dukungan yang bersifat emosional, penghargaan, instrumental, maupun informatif, meskipun dukungan tersebut belum dirasakan secara maksimal oleh remaja.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja dengan harga diri tinggi sebanyak 386 responden (96%) dan remaja dengan harga diri rendah sebanyak 14 responden (4%). Harga diri mengandung pengertian “siapa dan apa diri saya”. Segala sesuatu yang berhubungan dengan seseorang, selalu mendapat penilaian berdasarkan kriteria dan standar tertentu, atribut-atribut yang melekat dalam diri individu akan mendapat masukan dari orang lain dalam proses berinteraksi dimana proses ini dapat menguji individu yang memperlihatkan standardan nilai diri yang terinternalisasi dari masyarakat dan orang lain (Refnadi, 2018). Harga diri merupakan faktor penting dalam menunjang keberhasilan remaja, karena remaja sedang berada dalam proses pencarian identitas diri dimana remaja akan menemui berbagai masalah dalam kehidupan sosialnya yang dapat mempengaruhi prestaskademiknya (Simanjuntak et al., 2021).

Berdasarkan hasil penelitian ini diperoleh data analisis bivariat menggunakan uji correlation pearson product moment (PPM) menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dengan harga diri pada remaja dengan nilai p-value 0,000 dan nilai korelasi 0.662 yang menunjukkan arah positif dengan derajat hubungan korelasi kuat. Dukungan sosial dapat memberikan remaja perasaan bahwa mereka dihargai, diterima, dan dihargai oleh orang-orang disekitarnya, sehingga membantu mereka membangun rasa percaya diri dan harga diri yang positif. Remaja yang merasa didukung oleh orang-orang disekitarnya seperti keluarga, teman, atau guru, cenderung memiliki harga diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja yang merasa kurang didukung oleh orang-orang disekitarnya atau remaja dengan dukungan sosial rendah (Hasanuddin & Khairuddin, 2021). Harga diri adalah gambaran positif atau negatif yang dimiliki oleh seseorang tentang diri mereka sendiri. Hal ini mencakup pandangan mereka tentang kemampuan, kepribadian, dan nilai diri mereka. Remaja dengan harga diri yang positif cenderung merasa dihargai dan memiliki rasa percaya diri yang tinggi, sedangkan remaja dengan harga diri yang negatif cenderung merasa tidak dihargai atau tidak memiliki nilai yang cukup dalam kehidupan mereka. Harga diri remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti jenis kelamin, pengalaman hidup, dukungan sosial, lingkungan sosial, dan faktor internal seperti pemahaman diri dan persepsi diri (Lupitasari, 2019).

Dari beberapa hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial sangat penting bagi perkembangan harga diri remaja. Dengan adanya dukungan sosial yang memadai, remaja dapat merasa lebih dihargai dan memiliki harga diri yang lebih tinggi. Oleh karena itu, penting bagi orang tua, keluarga, teman sebaya, dan masyarakat sekitar untuk memberikan dukungan sosial yang positif dan membangun bagi remaja

KESIMPULAN

Ada hubungan dukungan sosial (orang tua dan teman sebaya) dengan harga diri remaja di SMA di Surakarta dengan kekuatan korelasi kuat. Dominan berjenis kelamin perempuan dengan tingkat dukungan tinggi dan harga diri tinggi. Rata-rata usia responden adalah 16 tahun dengan usia tertua 19 tahun dan usia termuda 14 tahun. Saran:

Hasil penelitian ini tentang hubungan dukungan sosial terhadap harga diri remaja, dapat menambah referensi guna meningkatkan dukungan bagi peserta didik dalam meningkatkan harga diri.

REFERENSI

- Anggara, A. (2018). *Hubungan Harga Diridengan Kecemasan Berkomunikasi terhadap Lawan Jenis pada Remaja Siswi Kelas XI di SMA Muhammadiyah 6 Palembang*. Universitas Islam Negeri Raden FatahPalembang.
- Badan Pusat Statistik. (2022). *JumlahPenduduk Usia 15 tahun ke Atas Menurut Golongan Umur 2021-2022*. <https://www.bps.go.id/indicator/6/715/1/jumlah-penduduk-usia-15-tahun-ke-atas-menurut-golongan-umur.html>
- Bintang, A. Z., & Mandagi, A. M. (2021). Kejadian Depresi Pada Remaja Menurut Dukungan Sosial Di Kabupaten Jember. *Journal of Community Mental Health and Public Policy*, 3(2), 92–101. <https://doi.org/10.51602/cmhp.v3i2.55>
- WHO. (2020). Adolescent health. https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_2
- Saputra, F., Jurisa, E., & Iskandar, I.(2020). Masalah Psikososial pada Remaja di Sekolah Asrama di Kota Lhokseumawe, Provinsi Aceh. *Khatulistiwa Nursing Journal*, 2(1), 1–12. <https://doi.org/10.53399/knj.v2i1.15>
- Sarafino, E. P., & Timothy W., S. (2013). *Health Psychology : Biopsychosocial Interactions (eighth)*. John Wiley & Sons. <https://books.google.co.id/books?id=yPODBgAAQBAJ&printsec=copyright#v=onepage&q&f=false>
- Riskesdas. (2018). *Infodatin Reproduksi Remaja-Ed.Pdf*. In *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja (Issue Remaja,pp. 1–8)*.
- Surasa, I. N., & Murtiningsih. (2021). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya. *Borneo Nusrsing Journal*, 3(1). <https://akperyarsismd.e-journal.id/BNJ>
- Branden, N. (2001). *Kiat Jitu Meningkatkan Harga Diri*. Jakarta Delapratasa. <https://onesearch.id/Record/IOS3774>. JAKPU000000000056464
- Karna, Z. (2018). *Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesehatan*.
- Budianti, A. K. (2015). Hubungan antara Keharmonisan Keluarga dengan Harga Diri pada Remaja. <http://eprints.ums.ac.id/36447/>
- Paramita, R. W. D., Rizal, N., & Sulistyan, R. B. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif (3rd ed.)*. Widya Gama Press.
- Pratama, D. S., & Yanti, P. (2021). Karakteristik Perkembangan Remaja. *Edukasimu.Org*, 1(3), 1–9.

- Salsabhilla, A. (2019). Hubungan dukungan sosial dengan ide bunuh diri pada mahasiswa rantau. Universitas Indonesia.
- Dalila, F., Putri, A. M., & Harkina, P.(2021). Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Dengan Harga Diri. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 3(1), 47–55. <https://doi.org/10.33024/jpm.v3i1.3769>
- Refnadi, R. (2018). Konsep self-esteem serta implikasinya pada siswa. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(1), 16. <https://doi.org/10.29210/120182133>
- Simanjuntak, L. E., & Indrawati, E. S. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Harga Diri Pada Siswi Kelas XII SMA Kristen Terang Semarang. *Jurnal Empati*, 10(April), 99–107.
- Hasanuddin, H., & Khairuddin, K. (2021). Dukungan Sosial, Penyesuaian Diri dan Kesejahteraan Psikologis pada Siswa SMA Negeri 2 Binjai. *Analitika*, 13(2), 148–155. <https://doi.org/10.31289/analitika.v13i2.5906>
- Lupitasari. (2019). Hubungan antara harga diri dan citra tubuh pada remaja putri kelas x sma. *Acta Psychologia*, 1(2), 162–167.
- Aristya, D. N., & Rahayu, A. (2018). Penyesuaian Diri Remaja Kelas X SMA Angkasa I. *Jurnal Psikologi*.