

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP HARGA DIRI PADA SISWA
SMAN 2 KARANGANYAR**

Annisa Dian Kharisma¹, Faqih Purnomosidi², Anniez Rachmawati Musslifah³
annisadiankh02@gmail.com¹, faqihpsychoum26@gmail.com²,
rachmawatianniez@gmail.com³
Universitas Sahid Surakarta

ABSTRAK

Dukungan sosial adalah suatu pemberian dukungan, rasa aman, ketenangan dari lingkungan sekitar seperti orang tua, teman, atau pasangan. Dukungan sosial yang didapatkan oleh individu akan mampu memenuhi salah satu kebutuhan psikologis secara positif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menguji secara empiris tentang hubungan dukungan sosial dengan harga diri pada siswa SMAN 2 Karanganyar. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jumlah 145 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cluster random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan harga diri pada siswa SMAN 2 Karanganyar. Semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi harga diri siswa. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah juga harga diri siswa.

Kata Kunci: *Dukungan Sosial, Harga Diri*

ABSTRACT

Social support is a provision of support, a sense of security, and from the surrounding environment such as parents, friends, or partners. Social support obtained by individuals will be able to fulfill one of the psychological needs positively. This study aims to determine and empirically test the relationship between social support and self-esteem in students of SMAN 2 Karanganyar. This study uses a quantitative method with a total of 145 students. The sampling technique used in this study is cluster random sampling. The results of the study indicate that there is a relationship between social support and self-esteem in students of SMAN 2 Karanganyar. The higher the social support, the higher the student's self-esteem.. in students of SMAN 2 Karanganyar. The higher the student's self esteem. Conversely. The lower the social support, the lower the student self esteem

Keywords: *Social Support, Self-Esteem*

PENDAHULUAN

Masa remaja disebut juga masa transisi atau masa perubahan, yang menyebabkan sering terjadi ketidakstabilan baik itu emosi atau kejiwaan. Masa remaja disebut juga dengan periode perubahan dalam waktu kehidupan seseorang yang menghubungkan antara kanak-kanak dan dewasa. Remaja ialah fase pergantian dalam kehidupan manusia yang menghubungkan masa kanak-kanak dengan awal dewasa, masa remaja dimulai sekitar usia 10 tahun hingga 12 tahun, dan berakhir pada usia 18 tahun hingga 22 tahun Santrock (2016). Menurut Santrock (2020) remaja di tandai dengan sifat-sifat seperti kemampuan berfikir abstrak, logis, serta idealis. Remaja cenderung untuk menyimpulkan dan mengawasi media sosial disekitar mereka. Pada fase remaja permasalahan yang sering muncul adalah penerimaan diri dikarenakan anak belum dapat menerima dirinya dengan baik, dengan demikian remaja sering memandang dirinya kurang beruntung, dan membandingkan orang lain lebih beruntung dan sukses. Cara pandang dengan membandingkan dengan orang ini akan mengakibatkan lupa dan takut memandang diri kita sendiri (Putri, 2020). Manusia adalah makhluk sosial yang selalu berhubungan dan membutuhkan bantuan orang lain. Dalam menjalin sebuah hubungan atau *relationship*, manusia harus mempunyai keberanian untuk mampu menyampaikan maksud dan tujuan yang diinginkannya. Seseorang yang berani menyampaikan pendapat serta dapat dengan baik melakukan hubungan sosial dengan manusia lain, menandakan bahwa manusia tersebut mempunyai kepercayaan diri yang kuat. Siswa Usia SMA/SMK termasuk dalam kategori remaja akhir dan masa dimana anak-anak pada usia ini penuh dengan pencarian jati diri. Neidhart (dalam Hurlock, 1990) menyatakan bahwa masa remaja merupakan masa peralihan dan ketergantungan pada masa anak-anak ke masa dewasa, dan pada masa ini remaja dituntut untuk mandiri.

Pada masa remaja ini, siswa akan mulai mencari jati diri. Hal ini yang menyebabkan semakin kompleks nya permasalahan saat masa remaja, baik permasalahan pribadi, sosial

maupun pendidikan. Siswa yang mempunyai masalah baik pribadi, sosial, maupun pendidikan ini seharusnya mampu memunculkan rasa percaya diri bahwa ia akan mampu untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Dengan berawal dari kepercayaan yang berasal dari dalam diri siswa tersebut, maka siswa akan mampu menyelesaikan segala permasalahan yang dihadapinya. Namun, apabila permasalahan tersebut dibiarkan maka hal ini dapat menghambat proses perkembangan siswa dan menghambatnya untuk meraih prestasi. Pemberian layanan dari guru BK melalui layanan bimbingan kelompok atau konseling kelompok terkait dengan pemecahan permasalahan kepercayaan diri yang rendah ini sangat diperlukan, yang mana kepercayaan diri dapat terbentuk secara positif dengan meningkatkan harga diri siswa dan penilaian positif siswa atas dirinya, serta adanya dukungan baik dari lingkup keluarga, sekolah, pertemanan, maupun sosial, yang akan menghasilkan kepercayaan diri yang kuat pula bagi siswa yang bersangkutan.

. Pada penelitian tersebut ditemukan hasil bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara harga diri dengan kecenderungan berperilaku prososial dengan nilai signifikansi 0,000 dengan $p < 0,05$. Michener dan Delamater (Dayakisni & Hudaniah, 2009) juga menjelaskan bahwa harga diri adalah prediktor utama individu melakukan perilaku prososial. Brehm dan Kassin (Dayakisni & Hudaniah, 2009) menambahkan harga diri berkaitan dengan bagaimana individu dapat memposisikan diri dengan individu lain dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini dapat disimpulkan individu yang mampu menilai dirinya secara positif memiliki hubungan sosial yang baik dengan individu lain, sebaliknya apabila individu menilai dirinya negatif akan mengalami kesulitan dalam hubungan sosialnya.

LANDASAN TEORI

Dukungan Sosial

Dukungan merupakan suatu bentuk suport atau dorongan yang didapatkan dari oranglain. Dukungan sosial adalah suatu pemikiran terbaik sebagai suatu konstruk

multidimensional yang terdiri dari komponen fungsional dan struktural. Dukungan sosial merujuk kepada tindakan yang orang lain lakukan ketika mereka menyampaikan bantuan (Roberts & Gilbert, 2009). Dukungan sosial diartikan sebagai kesenangan atau bantuan yang diterima seseorang melalui hubungan formal dan informal dengan yang lain atau kelompok. Dukungan sosial dapat dianggap sebagai sesuatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang lain yang dapat dipercaya. Dari keadaan tersebut individu akan mengetahui bahwa orang lain memperhatikan, menghargai, dan mencintainya. Dukungan sosial mengacu pada bantuan emosional, instrumental, dan finansial yang diperoleh dari jaringan sosial seseorang. Segi-segi fungsional mencakup dukungan emosional, mendorong adanya ungkapan perasaan, pemberian nasihat atau informasi, pemberian bantuan material

Menurut Sarafino (Kumalasari dan Ahyani (2012) mengemukakan dukungan sosial meliputi empat aspek, yaitu :

- 1) Dukungan emosional merupakan dukungan ini melibatkan ekspresi rasa empati dan perhatian terhadap individu sehingga individu tersebut merasa nyaman, dicintai dan diperhatikan,
- 2) Dukungan penghargaan yaitu dukungan ini melibatkan ekspresi yang berupa pernyataan setuju dan penilaian positif terhadap ide-ide, perasaan dan performa orang lain.
- 3) Dukungan instrumental yaitu bentuk dukungan ini melibatkan bantuan langsung
- 4) Dukungan informasi. Dukungan yang bersifat informasi ini dapat berupa saran, pengarahan dan umpan balik tentang bagaimana cara memecahkan persoalan.

Harga Diri

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.

Marshall (2012) mengemukakan 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 (2012). Menurut Hurlock (2014), 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 & Smith (2012), 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.

Individu dengan harga diri yang cenderung tinggi, mereka cenderung merasa puas, bangga, dan percaya diri dalam menghadapi berbagai macam tantangan hidup. Lebih lanjut, individu yang memiliki harga diri yang cenderung rendah, mereka cenderung merasa dirinya tidak berguna, tidak berharga, dan selalu menyalahkan diri sendiri Desmita (2011). Hal ini sesuai dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Mahmudha (2017) mengenai hubungan antara harga diri dengan kepercayaan diri. Berdasarkan beberapa definisi para tokoh di atas, maka di simpulkan bahwa harga diri adalah suatu penilaian subyektif yang di buat individu sebagai hasil evaluasi mengenai dirinya yang tercermin dalam sikap positif atau negatif. Dengan mengekspresikan suatu sikap setuju atau tidak setuju yang berasal dari

berbagai sumber, baik internal maupun eksternal diri.

Aspek-aspek Harga Diri

Beberapa hal yang menjadi aspek dalam pembentukan harga diri individu antara lain yaitu 1) Kekuatan (*Power*) kekuatan atau *power* menunjukkan pada adanya kemampuan seseorang untuk dapat mengatur dan mengontrol tingkah laku dan mendapat pengakuan atas tingkah laku tersebut dari orang lain. 2) Keberartian (*Significance*) Keberartian atau *significance* menunjukkan pada kepedulian, perhatian, afeksi dan ekspresi cinta yang diterima oleh seseorang dari orang lain yang menunjukkan adanya penerimaan dan popularitas individu dari lingkungan sosial. 3) Kebajikan (*Virtue*) Kebajikan atau *virtue* menunjukkan suatu ketaatan untuk mengikuti standar moral dan etika serta agama dimana individu akan menjauhi tingkah laku yang harus di hindari dan melakukan tingkah laku yang di izinkan oleh moral, etika dan agama. 4) Kemampuan (*Competence*) Kemampuan atau *competence* menunjukkan suatu performansi yang tinggi untuk memenuhi kebutuhan dan mencapai prestasi.

METODOLOGI

Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas X dan XI SMAN 2 Karanganyar yang berjumlah 1050 orang. Jumlah sampel penelitian ini sebesar 145 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan peneliti adalah *cluster random sampling*, penggunaan teknik ini bukan berdasarkan pada individu melainkan berdasarkan pada kelompok. Penggunaan teknik *sampling* ini karena sampel yang peneliti pilih adalah siswa yang berada dalam kelas kelas dan melakukan pengacakan dalam pemilihan kelas. pengumpulan data menggunakan skala psikologi model likert yang terdiri dari dua skala, yaitu dukungan sosial dan skala harga diri

Hasil Dan Pembahasan Uji Deskriptif

Descriptive Statistics

	N	Minimu m	Maximu m	Sum	Mean	Std. Deviation
Dukungansosi al	145	25	75	7647	52.74	9.584
Hargadiri	145	26	81	8590	59.24	7.959
Valid N (listwise)	145					

Berdasarkan hasil uji deskriptif yang telah dilakukan pada skala dukungan sosial diketahui skor minimum sebesar 25 , skor maksimum 75, rata-rata (mean) 52.74 dan standar deviasi sebesar 9.584. Pada skala harga diri didapatkan skor minimum sebesar 26, skor maksimum 81, rata-rata (mean) 59.24 dan standar deviasi sebesar 7.959.

Uji Korelasi Product Moment

Correlations

	Dukungansos ial	Hargadiri
Dukungansosial Pearson Correlation	1	.280**
Sig. (2-tailed)		.001
N	145	145

Hargadiri	Pearson	.280**	1
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	145	145

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

Hasil penelitian menunjukkan nilai $R = 0,001$ yang artinya nilai signifikansi lebih kecil daripada 0,05 (sig. $0,00 < 0,05$) yang berarti bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan harga diri pada siswa SMAN 2 Karanganyar. Nilai *correlation coefficient* sebesar 0,280 artinya korelasi termasuk dalam kategori kuat dengan arah korelasi positif. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin tinggi pula tingkat harga diri pada siswa SMAN 2 Karanganyar.

PEMBAHASAN Hubungan Dukungan social terhadap harga diri pada siswa SMAN 2 Karanganyar

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa hasil pengolahan data menggunakan uji korelasi *product moment*, dapat diketahui nilai korelasi antara variabel dukungan sosial dengan harga diri sebesar 0,280 dengan signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Dengan nilai signifikansi tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan social terhadap harga diri dengan kategori kuat. Hasil nilai koefisien korelasi yang didapatkan sebesar 0,280 yang berarti arah nilai koefisien korelasi dalam penelitian ini adalah positif. Arah hubungan yang positif menandakan bahwa variabel dukungan sosial signifikan dengan variabel harga diri.

Gambaran Dukungan social Pada Siswa SMAN 2 Karanganyar

Dukungan social pada siswa SMAN 2 Karanganyar diukur melalui kuesioner yang disebar, dengan rata-rata hipotetik keseluruhan sebesar dan rata-rata teoritis sebesar 6,25.

Nilai mean empiris lebih besar dibandingkan nilai mean teoritis : $52,7 > 6,25$. Oleh karena itu, rata-rata tanggapan responden terhadap pernyataan mengenai variabel dukungan social dapat diartikan relatif baik dalam beberapa hal.

Hasil perhitungan skor responden menunjukkan bahwa responden yang paling tinggi pada pernyataan item ke 6 dengan skor rata-rata 7.93 dapat disimpulkan bahwa ketika siswa melakukan kesalahan dalam mengerjakan tugas, teman teman nya selalu memberikan saran.

Skor jawaban terendah ditunjukkan pada pernyataan item ke 15 dengan jumlah skor rata-rata 7.47 dari hasil tersebut diketahui bahwa ketika siswa ragu dalam menyelesaikan masalah, temannya sungkan untuk memberikan solusi yang baik.

Gambaran Harga Diri pada siswa SMAN 2 Karanganyar

Harga diri pada siswa SMAN 2 Karanganyar yang diukur dengan kuesioner mempunyai total skor rata-rata empiris sebesar 59,2 dan rata-rata teoritis 3,75 sebesar rata-rata empiris tersebut lebih besar dibandingkan dengan rata-rata jawaban responden terhadap pernyataan mengenai variabel harga diri dapat dikatakan relatif baik.

Berdasarkan hasil perhitungan skor, diperoleh bahwa pernyataan responden dengan skor tertinggi berkaitan dengan pernyataan item ke 8 dengan rata-rata skor 71.96 dapat disimpulkan bahwa siswa lebih suka menyapa terlebih dahulu. Skor jawaban pernyataan terendah berada pada pernyataan item ke 6 dengan rata-rata skor sebesar 71.72 dari hasil tersebut bahwa siswa kurang tertarik dengan kegiatan yang ada di rumah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan harga diri pada siswa SMAN 2 Karanganyar . Semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya, maka semakin tinggi harga diri pada SMAN 2 Karanganyar.

SARAN

. Untuk siswa

Memberikan wawasan atau pengetahuan tentang pentingnya dukungan sosial terhadap orang-orang yang berada disekitarnya.

b. Guru

Untuk memberikan informasi layanan atau konseling kelompok mengenai aspek pribadi yang berkaitan dengan dukungan sosial dan harga diri.

c. Peneliti Selanjutnya

Memperluas ruang penelitian lebih lanjut serta memperkaya indikator dan menjadi referensi untuk peneliti lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Hurlock, E. B. 2012. *Psikologi perkembangan sepanjang rentang kehidupan*. Erlangga Juni 2015 Universitas Gunadarma
- Lupita, N. & Fauziah, N. 2017. Hubungan antara harga diri dengan kecenderungan perilaku prososial pada remaja panti asuhan di Semarang. *Jurnal Empati*, 7(3): 318-322.
- Nurmalasari & Dona Eka Putri. 2015. Dukungan Sosial Dan Harga Diri Pada Remaja Penderita Lupus Jawa Barat. *Jurnal Psikologi* Vol. 8 No. 1
- Mahmudha, I. 2017. Hubungan Harga Diri dengan Kepercayaan Diri pada Komunitas Cosplayer Medan (Cosmed). *Skripsi*. Fakultas Psikologi. Universitas Medan Area: Medan
- Putri, D. A. 2020. *Pengembangan Modul Bimbingan Ke Arah Penerimaan Diri Melalui Bimbingan Kelompok Sisiwa Smkn Tuter Pasuruan*. 2(1), 70-76.
- Rosenberg, M. 1965. *Society and the adolescent self- image*. Princeton, NJ: Princeton University Press
- Santrock, J. W, 2012. *Life Span Development Perkembangan Masa Hidup Jilid 2 Edisi 5*. Jakarta: Erlangga
- Santrock, J. W. 2011. *Life-Span Development (Perkembangan Masa Hidup)*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. 2016. *Essentials Of Life-Span Development*. New York: Mcgraw Hill Education
- Sarafino & Smith. 2012. *Health Psychology*. Edisi Kedelapan. New York: Wiley

Sarafino, E. P., & Smith, T. W. 2006. *Health Psychologu, biopsychosocial interactions*. John willey & sons. Inc, New York.

Sarafino, E. P., & Smith, T.W. 2012. *Health Psychology Biopsychosocial Interactions seventh edition*. America: Library of Congress Cataloging in Publication Data.

Sarafino, E. P., Timothy W. Smith. 2011. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*, 7th edition. Amerika Serikat: John Wiley & Sons, Inc.