

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut WHO, remaja merupakan penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 2 tahun 2014, remaja merupakan salah satu penduduk dengan rentang usia 10 sampai 18 tahun. Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10 sampai 24 tahun dan remaja tersebut belum menikah. Masa remaja adalah masa perkembangan transisi antara fase anak –anak dan fase dewasa. Dalam fase ini remaja mengalami perkembangan biologis, kognitif dan sosial –emosional. Perkembangan dimulai pada usia 10-13 tahun dan akan berakhir pada usia 18-22 tahun.

Prevalensi remaja menurut WHO sekitar seperlima penduduk dunia adalah remaja. Sedangkan di Indonesia menurut UNICEF (2021) duapertiga dari jumlah penduduk Indonesia 270 juta jiwa (17%) adalah remaja dengan struktur penduduk yaitu 48% perempuan dan 52% laki –laki. Jumlah keseluruhan remaja di Indonesia menurut UNICEF yaitu 46 juta jiwa atau sekitar 17%. Sementara provinsi Jawa tengah menempati peringkat ke tiga sebagai provinsi yang populasi remajanya tinggi yaitu 14% dari jumlah keseluruhan remaja di Indonesia (UNICEF (United Nations Children’s Fund), 2021).

Masa remaja adalah fase peralihan sikap dan perilaku dari masa anak – anak menuju masa dewasa. Hal ini berkaitan dengan tugas perkembangan

remaja yaitu mencapai peran sosial laki –laki dan perempuan, menerima keadaan fisiknya, mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab, mencapai kemandirian emosional sesuai dengan usianya, mulai mempersiapkan karier ekonomi, mempersiapkan perkawinan dan keluarga, mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik laki –laki maupun perempuan. Fase transisi pada remaja ini akan dipenuhi oleh tantangan dalam perkembangannya, baik dari dalam diri maupun dari luar diri terutama lingkungan sosial (Pusdatin, 2017).

Salah satu tugas perkembangan remaja yang sering dihadapi oleh remaja adalah tugas perkembangan yang berhubungan dengan penyesuaian sosial. Pada tugas ini remaja harus menyesuaikan diri dengan sesama jenis maupun lawan jenis, yang sebelumnya belum pernah saling bersosialisasi. Remaja harus menyesuaikan diri dengan orang dewasa di luar lingkungan keluarga dan sekolah. Untuk mencapai tujuan dari pola sosialisasi dewasa, remaja harus banyak membuat penyesuaian baru. Hal –hal yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri adalah kelompok sebaya, perubahan dalam perilaku sosial, pengelompokan sosial yang baru, nilai –nilai baru dalam seleksi persahabatan, nilai –nilai baru dalam dukungan dan penolakan sosial, dan nilai –nilai baru dari dalam seleksi pemimpin (Hurlock, 2015).

Dalam menghadapi tugas perkembangan remaja membutuhkan harga diri karena pada masa remaja merupakan masa kritis pencarian identitas diri. Menurut Erikson (dalam Suhrin, 2017), identitas merupakan konsepsi koheren tentang “diri” yang dibentuk berdasarkan tujuan, nilai dan

kepercayaan yang diyakini oleh diri sendiri. Remaja memiliki lingkungan sosial yang lebih luas sehingga penilaian diri tidak datang dari orang tua saja, namun penilaian diri bisa datang dari teman sebaya. Kelompok teman sebaya memiliki pengaruh yang besar terhadap rasa keberhargaan diri dan kompetensinya, karena identitas diri seseorang tidak dapat dipisahkan dengan harga diri.

Menurut WHO (2016), didapatkan sekitar 39% remaja mengalami harga diri rendah dari seluruh remaja di dunia, sedangkan di Indonesia prevalensi remaja yang mengalami harga diri rendah sebanyak 35% dari seluruh remaja di Indonesia (Lete, Kusuma and Rosdiana, 2019). Menurut Data Riset Kesehatan Dasar (Kemenkes RI, 2018) menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala –gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas mencapai sekitar 18 juta orang atau 7% dari jumlah penduduk Indonesia. Peningkatan proporsi gangguan jiwa pada data yang didapatkan Riskesdas 2018 cukup signifikan jika dibandingkan dengan Riskesdas 2013, naik dari 1,7% menjadi 7%. Sedangkan prevalensi gangguan mental emosional pada penduduk usia 15 tahun ke atas di provinsi Jawa Tengah sebesar 6,5 %.

Menurut Coopersmith (dalam Suhron, 2017), harga diri adalah penilaian diri yang dipengaruhi oleh sikap, interaksi, penghargaan dan penerimaan orang lain terhadap individu. Sedangkan menurut Gecas dan Rosenberg harga diri adalah penilaian individu terhadap dirinya sendiri secara positif dan negatif yang dipengaruhi oleh hasil interaksinya dengan orang –

orang yang ada di lingkungannya serta dari sikap, penerimaan, penghargaan, dan perlakuan orang lain terhadap dirinya. Harga diri pada remaja terbentuk dari hasil evaluasi subjektif atas umpan balik yang remaja terima dari orang sekitar serta perbandingan dengan standar atau nilai dari kelompok atau teman sebayanya. Gambaran evaluasi diri yang didapat melalui umpan balik dari lingkungan ini berlangsung secara terus menerus hingga masa dewasa. Umpan balik dari lingkungan merupakan sumber yang penting untuk memberikan informasi yang penting mengenai diri dan memiliki pengaruh langsung pada harga diri remaja.

Menurut Coopersmith (dalam Suhron, 2017) tingkat harga diri dibagi menjadi dua golongan yaitu harga diri tinggi dan harga diri rendah. Remaja yang memiliki harga diri tinggi akan aktif dan dapat mengekspresikan diri dengan baik, berhasil dalam bidang akademik dan menjalin hubungan sosial, dan dapat menerima kritik dan saran dengan baik. Sedangkan remaja dengan harga diri rendah akan kurang dalam mengekspresikan diri, takut gagal dalam membina hubungan sosial, merasa diasingkan dan tidak diperhatikan.

Kualitas harga diri dapat berubah selama masa remaja. Perubahan kualitas harga diri umumnya terjadi pada usia belasan tahun dan mencapai titik yang rendah pada saat usia 12-13 tahun. Kebanyakan orang pada masa remaja awal akan mengalami tantangan –tantangan yang dapat memberikan pengaruh yang rendah terhadap harga diri remaja. Tantangan –tantangan tersebut meliputi perubahan sekolah, perubahan hubungan antara orangtua, hubungan antar teman remajanya sendiri antara remaja laki –laki dan remaja

perempuan (teman sebaya) serta perubahan biologis yang berkaitan dengan pubertas.

Harga diri menjadi tidak stabil karena remaja sangat memperhatikan dan memperdulikan kesan yang mereka buat terhadap orang lain. Usaha untuk menyenangkan banyak orang akan menghasilkan hasil yang merugikan untuk diri remaja. Umpan balik yang diterima dari orang lain akan berkontradiksi sehingga akan memperbesar keraguan dan kebingungan akan diri sendiri. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan Erikson, bahwa pandangan yang tidak stabil dan tidak teratur tentang diri remaja normal terjadi pada remaja, karena transisi peran yang dialaminya (Suhron, 2017).

Faktor –faktor yang mempengaruhi harga diri menurut McLoed & Owens, Powell (dalam Suhron, 2017) yaitu ras, etnis, pubertas, berat badan, keterlibatan dalam kegiatan fisik, gender dan usia. Pada faktor usia remaja akan berada pada masa transisi dari anak –anak ke dewasa, pada masa ini remaja akan memperoleh harga diri dari orang tua, guru, dan teman sebaya pada saat mereka bersekolah. Hal ini sejalan dengan penelitian Rusyana, (2020) yang meneliti tentang faktor –faktor yang mempengaruhi harga diri ada dua aspek yaitu lingkungan keluarga dan lingkungan sosial. Faktor yang lebih mempengaruhi harga diri pada remaja adalah lingkungan sosial berupa dukungan teman sebaya.

Dukungan teman sebaya merupakan salah satu dukungan sosial yang dapat mengembangkan harga diri remaja dengan cara menyampaikan pesan tentang dirawat, dicintai, dihargai orang lain dan perasaan memiliki. Teman

sebaya memiliki peran yang sangat besar dalam pembentukan kepribadian dan perilaku remaja, sehingga membuat remaja mengutamakan karakter atau kemampuan tertentu, dan menyembunyikan karakter atau kemampuan lain yang tidak sesuai dengan norma yang berlaku (menyesuaikan lingkungan kelompok). Hal ini sesuai dengan teori determinisme resiprokal, karakter dan kecenderungan generatis seseorang juga menyebabkan remaja memilih kelompok pertemanan tertentu. Selain itu, kepribadian remaja mempengaruhi cara remaja berperilaku di dalam kelompok sebaya.

Meskipun demikian, begitu remaja berada di lingkungan teman sebaya, sebagian besar remaja akan mengikuti norma kelompok teman sebaya, remaja akan memodifikasi kepribadiannya sesuai dengan tekanan kelompok. Sifat kepribadian ini dapat berasal dari kecenderungan generatis, tetapi sifat –sifat ini sangat dipengaruhi oleh pembelajaran, situasi, pengalaman, dan teman sebaya (Wade, Carol Travis, 2016). Hal ini sejalan dengan penelitian (Surasa, 2021) mengatakan bahwa kelompok teman sebaya memiliki peran penting bagi perkembangan remaja baik secara emosional maupun secara sosial yang berpengaruh terhadap rasa percaya diri remaja dan tingkat harga diri remaja itu sendiri. Kelompok teman sebaya merupakan sumber afeksi, simpati, pemahaman dan panduan moral, tempat bereksperimen, dan sering untuk mendapatkan otonomi dari orang tua. Remaja yang mendapatkan dukungan sosial yang tinggi dari teman sebaya akan merasa bahwa dirinya dicintai, diperhatikan sehingga meningkatkan rasa harga diri mereka.

Menurut Santrock dalam Surasa, (2021) remaja yang tidak mendapatkan penghargaan pada teman sebaya akan menimbulkan suatu masalah. Memiliki masalah di usia muda merupakan pengalaman yang tidak bisa dilupakan oleh setiap remaja, karena di usia muda remaja mulai bisa belajar cara menyelesaikan masalahnya sendiri. Permasalahan yang dialami oleh remaja yang berkaitan dengan tidak mendapatkannya penghargaan dari teman sebaya yaitu harga diri rendah, isolasi sosial, bunuh diri, konsep diri yang tidak efektif, *bullying* dan lain sebagainya.

Remaja akan memiliki harga diri tinggi jika remaja mendapatkan dukungan teman sebaya tinggi dan remaja akan memiliki harga diri rendah jika remaja mendapatkan dukungan teman sebaya rendah. Hal ini sejalan dengan penelitian Simanjuntak & Indrawati (2019) semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka harga diri akan semakin tinggi. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial teman sebaya maka harga diri semakin rendah. Adapun penelitian dari (Kusumah, 2021) menyatakan semakin baik dukungan teman sebaya yang diperoleh remaja, maka semakin positif pula harga dirinya.

Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya, perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terdapat pada sampel yang digunakan. Pada penelitian ini sampel yang digunakan yaitu remaja yang berada pada jenjang pendidikan SMA yang berusia 15 tahun sampai dengan 17 tahun, dimana remaja yang berada pada usia tersebut sedang mengalami ketidak seimbangan emosional, pada usia ini juga remaja sedang mencari identitas diri dan remaja akan lebih banyak meluangkan waktunya untuk

berkumpul dengan teman sebayanya. Sedangkan pada penelitian sebelumnya sampel yang digunakan yaitu remaja yang berada pada jenjang pendidikan SMP.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan November 2022 di SMA N 1 BERGAS, dilakukan dengan cara wawancara dan pengisian *google form* oleh 15 responden. Hasil pengisian *google form* yaitu didapatkan 9 responden mengalami harga diri tinggi dengan dukungan teman sebaya tinggi 8 dan dengan dukungan teman sebaya sedang 1, 6 responden mengalami harga diri rendah dengan dukungan teman sebaya tinggi 4, dan dengan dukungan teman sebaya sedang 2.

Hasil wawancara dengan 5 responden yaitu ada beberapa responden yang kurang percaya diri saat ditunjuk untuk menyampaikan hasil pekerjaan sekolahnya, merasa pesimis saat di tunjuk untuk mengerjakan soal di depan kelas, ada beberapa responden yang aktif dalam jam pelajaran karena merasa dirinya mampu, dan dapat menerima kritik dari teman maupun guru saat di tunjuk untuk mengerjakan soal di depan kelas. Responden juga menyatakan bahwa responden dengan teman –temannya saling bertukar informasi terkait pelajaran atau informasi lainnya yang ada di sekolah, saling bertukar cerita dengan teman namun ada juga yang belum terbiasa untuk bertukar cerita, dan saling meminjamkan catatan pelajaran. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat dukungan teman sebaya pada responden meskipun tidak semua dukungan teman sebaya terpenuhi semuanya. Berdasarkan uraian diatas, peneliti bermaksud melakukan penelitian berjudul “Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Harga Diri Pada Remaja di SMA N 1 BERGAS”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah penelitian ini adalah adakah hubungan dukungan teman sebaya dengan harga diri pada remaja di SMA N 1 BERGAS ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan dukungan teman sebaya dengan harga diri pada remaja di SMA N 1 BERGAS

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran dukungan teman sebaya pada remaja di SMA N 1 BERGAS
- b. Mengetahui gambaran harga diri pada remaja di SMA N 1 BERGAS
- c. Mengetahui hubungan dukungan teman sebaya dengan harga diri pada remaja di SMA N 1 BERGAS

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Remaja

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran pada remaja mengenai peranan dukungan teman sebaya terhadap harga diri pada remaja.

2. Bagi sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada sekolah dan guru mengenai hubungan dukungan teman sebaya terhadap harga diri pada remaja.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai informasi untuk melakukan penelitian selanjutnya mengenai hubungan dukungan teman sebaya terhadap harga diri.