

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Harga diri

2.1.1 Pengertian Harga diri

Salah satu perkembangan psikologis yang dialami oleh remaja adalah perkembangan sosial-emosi yang salah satunya adalah harga diri, yang merupakan keseluruhan cara yang digunakan untuk mengevaluasi diri kita, dimana harga diri merupakan perbandingan antara *ideal-self* dengan *real-self* (Santrock, 2012). Harga diri adalah sikap yang dimiliki tentang dirinya sendiri, baik positif maupun negatif (Rosenberg, 1965).

Harga diri merupakan evaluasi yang dibuat individu dan kebiasaan memandang dirinya terutama mengenai sikap menerima atau menolak, dan indikasi besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuannya, keberartian, kesuksesan dan keberhargaan (Coopersmith, 1967). Secara singkat harga diri adalah penilaian pribadi mengenai perasaan berharga atau berarti yang di ekspresikan dalam sikap-sikap individu terhadap dirinya. Kreitner dan Kinicki (2005) mendefinisikan harga diri dengan mengacu pada suatu keyakinan nilai diri sendiri berdasarkan evaluasi diri secara keseluruhan.

Menurut Coopersmith (1967) mengatakan bahwa harga diri merupakan hasil evaluasi individu terhadap dirinya sendiri yang diekspresikan dalam sikap terhadap diri sendiri. Pendapat tersebut menyatakan suatu sikap penerimaan atau penolakan dan menunjukkan seberapa besar individu percaya bahwa dirinya mampu, berarti, berhasil, berharga menurut standart dan nilai pribadinya. Harga diri adalah gagasan mengenai diri secara global yang

mengacu pada keseluruhan evaluasi diri sebagai individu, atau bagaimana orang merasakan mengenai diri mereka sendiri dalam arti yang komprehensif (Rosenberg, 1965).

Berdasarkan pengertian tersebut maka dapat di simpulkan bahwa Harga diri adalah sikap yang dimiliki tentang dirinya sendiri, baik positif maupun negatif (Rosenberg, 1965). Alasan peneliti menggunakan teori ini adalah sesuai dengan apa yang ingin peneliti ungkap dalam penelitian.

2.1.2 Aspek-aspek Harga diri

Menurut Rosenberg (1965) memaparkan dua aspek harga diri.

- a. *Positive feeling about the self* (perasaan positif terhadap diri sendiri), individu yang memiliki perasaan positif terhadap dirinya tentang kondisi fisik , kehidupan sosial, dan kualitas diri.
- b. *Negative feeling about the self* (perasaan negatif terhadap diri sendiri), individu yang memiliki perasaan negatif terhadap dirinya tentang kondisi fisik , kehidupan sosial, dan kualitas diri.

Lebih lanjut Rosenberg (1965) menjelaskan bahwa aspek fisik penting dalam harga diri individu karna hal ini berkaitan dengan cara pandang individu terhadap kondisi fisik yang dimiliki, selain itu kualitas diri juga penting karena berkaitan dengan cara pandang individu terhadap kemampuan yang dimiliki. Kedua aspek tersebut (fisik dan kualitas diri) dalam kehidupan sosial individu.

Coopersmith (1967) menyebutkan terdapat empat aspek dalam harga diri individu. Aspek-aspek tersebut yaitu *power*, *significance*, *virtue*, dan *competence*.

a. Kekuatan

Kekuatan atau *power* menunjukkan adanya kemampuan seseorang untuk dapat mengatur dan mengontrol tingkah laku dan mendapat pengakuan atas tingkah laku tersebut dari orang lain. Kekuatan dinyatakan dengan pengakuan dan penghormatan yang diterima seseorang individu dari orang lain dan adanya kualitas atas pendapat yang diutarakan oleh seseorang individu yang nantinya diakui oleh orang lain.

b. Keberartian

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. Penerimaan dari lingkungan ditandai dengan adanya kehangatan, respon yang baik dari lingkungan dan adanya ketertarikan lingkungan terhadap individu dan lingkungan menyukai individu sesuai dengan keadaan diri yang sebenarnya.

c. Kebajikan

Kebajikan atau *virtue* menunjukkan suatu ketaatan untuk mengikuti standar moral dan etika serta agama dimana individu akan menjauhi tingkah laku yang harus dihindari dan melakukan tingkah laku yang di

izinkan oleh moral, etika dan agama. Dianggap memiliki sikap yang positif dan akhirnya membuat penilaian positif terhadap diri yang artinya seseorang telah mengembangkan *self esteem* yang positif pada dirinya sendiri.

d. Kemampuan

Kemampuan atau *competence* menunjukkan performansi yang tinggi untuk memenuhi kebutuhan dan mencapai prestasi (*need of achievement*) dimana level dan tugas-tugas tersebut kriterium pada variasi usia seseorang. Harga diri pada masa remaja meningkat menjadi lebih tinggi bila remaja mengerti apa tugas-tugas yang penting untuk mencapai tujuannya, dan karena mereka telah melakukan tugas-tugasnya tersebut atau tugas lain yang serupa.

Berdasarkan uraian beberapa tokoh diatas penelitian ini menggunakan aspek yang dikembangkan oleh Rosenberg (1965) yang meliputi beberapa aspek, *physical, sosial, dan performance*.

2.1.3 Faktor –faktor yang mempengaruhi harga diri

Menurut Coopersmith (1967) terdapat empat faktor yang dapat mempengaruhi harga diri, yaitu:

a. Penerimaan atau penghinaan terhadap diri.

Individu yang merasa dirinya berharga akan memiliki penilaian yang lebih baik atau positif terhadap dirinya dibandingkan dengan individu yang tidak mengalami hal tersebut. Individu yang memiliki harga diri yang baik akan mampu menghargai dirinya sendiri, menerima diri, tidak

menganggap rendah dirinya, melainkan mengenali keterbatasan dirinya sendiri dan mempunyai harapan untuk maju dan memahami potensi yang dimilikinya, sebaliknya individu dengan harga diri rendah umumnya akan menghindar dari persahabatan, cenderung menyendiri, tidak puas akan dirinya, walaupun sesungguhnya orang yang memiliki harga diri yang rendah memerlukan dukungan.

b. Kepemimpinan atau popularitas.

Penilaian atau keberartian diri diperoleh seseorang pada saat individu tersebut harus berperilaku sesuai dengan tuntutan yang diberikan oleh lingkungan sosialnya yaitu kemampuan seseorang untuk membedakan dirinya dengan orang lain atau lingkungannya. Pada situasi persaingan, seseorang akan menerima dirinya serta membuktikan seberapa besar pengaruh dan kepopulerannya. Pengalaman yang diperoleh pada situasi itu membuktikan individu lebih mengenal dirinya, berani menjadi pemimpin, atau menghindari persaingan.

c. Keluarga dan orang tua.

Keluarga dan orang tua memiliki porsi terbesar yang mempengaruhi harga diri, ini dikarenakan keluarga merupakan modal pertama dalam proses imitasi. Alasan lainnya karena perasaan dihargai dalam keluarga merupakan nilai penting dalam mempengaruhi harga diri.

d. Keterbukaan dan kecemasan.

Individu cenderung terbuka dalam menerima keyakinan, nilai-nilai, sikap, moral dari seseorang maupun lingkungan lainnya jika dirinya diterima dan dihargai. Sebaliknya seseorang akan mengalami kekecewaan bila ditolak lingkungannya.

Ghufron (dalam Antika 2011) menyatakan harga diri dalam perkembangannya terbentuk dari hasil interaksi individu dengan lingkungan dan atas sejumlah penghargaan, penerimaan, dan pengertian orang lain terhadap dirinya. Faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri dapat dibedakan menjadi dua kelompok, yaitu faktor internal seperti jenis kelamin, intelegensi, kondisi fisik individu dan faktor eksternal seperti lingkungan sosial, sekolah, dan keluarga. Beberapa faktor yang mempengaruhi harga diri antara lain:

1. Lingkungan keluarga

Peran keluarga sangat menentukan bagi perkembangan harga diri seseorang. Dalam keluarga, seseorang untuk pertama kalinya mengenal dan mengembangkan harga diri melalui orang tua yang mendidik dan membesarkannya serta sebagai dasar untuk bersosialisasi dalam lingkungan yang lebih besar. Keluarga harus menemukan suatu kondisi dasar untuk mencapai perkembangan harga diri anak yang baik. Coopersmith (1967) berpendapat bahwa perlakuan adil, pemberian kesempatan untuk aktif, dan mendidik yang demokratis akan membuat seorang anak dalam keluarga mendapat harga diri yang tinggi.

2. Faktor jenis kelamin

Wanita merasa memiliki harga diri lebih rendah dari pada pria seperti perasaan kurang mampu, kepercayaan diri yang kurang baik, atau merasa harus dilindungi. Hal ini mungkin terjadi karena peran orang tua dan harapan-harapan masyarakat yang berbeda-beda baik pada pria maupun wanita. Pendapat tersebut sama dengan penelitian dari Coopersmith (1967) yang membuktikan bahwa harga diri wanita lebih rendah dari pada harga diri pria.

3. Kondisi fisik

Konsistensi antara daya tarik fisik dan tinggi badan dengan harga diri individu dengan kondisi fisik yang menarik cenderung memiliki harga diri yang baik dibandingkan dengan kondisi fisik yang kurang menarik.

4. Lingkungan sosial

Pembentukan harga diri dimulai seseorang yang menyadari dirinya berharga atau tidak. Hal ini merupakan hasil proses lingkungan, penghargaan, penerimaan, dan perlakuan orang lain kepadanya. Sementara menurut Coopersmith (1967) ada beberapa ubahan dalam harga diri yang dapat dijadikan konsep-konsep kesuksesan, nilai, aspirasi, dan mekanisme pertahanan diri. Kesuksesan tersebut dapat timbul melalui pengalaman dalam lingkungan, kesuksesan dalam bidang tertentu, kompetisi dan nilai kebaikan.

5. Intelegensi

Intelegensi sebagai gambaran lengkap kapasitas fungsional individu sangat erat berkaitan dengan prestasi karena pengukuran intelegensi selalu berdasarkan kemampuan akademis. Menurut Coopersmith (1967) individu

dengan harga diri yang tinggi akan mencapai prestasi akademik yang tinggi dari pada individu dengan harga diri yang rendah selanjutnya dikatakan individu dengan harga diri yang tinggi memiliki skor intelegensi yang lebih baik, taraf aspirasi yang lebih baik, dan selalu berusaha lebih keras.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa harga diri memiliki beberapa faktor, seperti penerimaan atau penghinaan terhadap diri, kepemimpinan atau popularitas, keterbukaan atau kecemasan, lingkungan keluarga, lingkungan sosial, dan faktor psikologis.

2.2 Dukungan Sosial

2.2.1 Pengertian Dukungan Sosial

Dukungan sosial (*social support*) didefinisikan oleh Gottlieb dalam (Kuntjoro, 2002) sebagai informasi verbal atau non-verbal, saran, bantuan yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan individu di dalam lingkungan sosialnya atau yang berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku penerimanya.

Hal ini ditujukan pada orang yang merasa memperoleh dukungan sosial, secara emosional merasa lega karena diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan pada dirinya. Pendapat senada dikemukakan juga oleh Kuntjono (2002) yang mengatakan bahwa dukungan sosial adalah keberadaan kesediaan, kepedulian untuk memberi kenyamanan, perhatian ,penghargaan atau menolong orang dengan sikap menerima kondisinya. Dukungan sosial tersebut diperoleh dari individu maupun kelompok.

Dukungan sosial menurut Cohen dan Hoberman (1983) dukungan sosial mengacu pada berbagai sumber daya yang disediakan oleh hubungan antarpribadi seseorang dan dukungan sosial memiliki efek positif pada kesehatan. Sarafino (2002) menjelaskan dukungan sosial adalah kenyamanan, perhatian, penghargaan, maupun bantuan dalam bentuk lainnya yang diterimanya individu dari orang lain ataupun dari kelompok.

Berdasarkan paparan diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah dukungan yang mengacu pada berbagai sumber daya yang disediakan oleh hubungan antarpribadi seseorang dan dukungan sosial memiliki efek positif pada kesehatan Cohen dan Hoberman (1983). Alasannya peneliti menggunakan teori ini di karena teori ini sudah sesuai dengan apa yang ingin peneliti ungkap.

2.2.2 Aspek –aspek Dukungan Sosial

Menurut Sarafino (1994) aspek-aspek dukungan sosial meliputi :

1. Dukungan Emosional

Dukungan emosional meliputi perasaan empatik, perhatian, dan keprihatinan terhadap orang lain. Memberikan individu perasaan nyaman, tenang, dimiliki, dan merasa dicintai ketika sedang memiliki masalah atau berada dalam situasi yang *stressfull*.

2. Dukungan Penghargaan

Dukungan penghargaan terlihat dari ekspresi seseorang ketika memberikan penghargaan yang positif, dorongan atau persetujuan terhadap ide atau perasaan individu dan perbandingan positif antara individu yang satu dengan yang lain.

3. Dukungan Instrumental

Dukungan instrumental meliputi bantuan langsung, yaitu ketika seseorang memberikan atau meminjamkan uang atau pertolongan berupa pekerjaan ketika orang lain menghadapi situasi yang sulit.

4. Dukungan Informasional

Dukungan informasional meliputi pemberian nasehat, petunjuk, saran atau umpan balik tentang bagaimana seseorang mengerjakan sesuatu.

Menurut Cohen dan Hobermen (1983) ada tiga aspek dukungan sosial yang diberikan yaitu :

1. *Appraisal Support*

Dukungan informasi (*appraisal support*) dukungan sosial dengan adanya bentuk bantuan yang membantu individu dalam memahami kejadian yang menekan dengan lebih baik serta memberikan pilihan strategi *coping* yang harus dilakukan guna menghadapi kejadian dan permasalahan yang dialami selain itu dukungan ini memiliki manfaat dapat menekan munculnya suatu *stressor* karena informasi yang diberikan dapat menyumbang aksi *sugesti* yang khusus pada individu

2. *Belonging Support*

Suatu bentuk bantuan dimana individu tahu bahwa ada orang lain yang dapat diandalkan ketika ia ingin melakukan suatu kegiatan bersama dengan orang lain. Manfaat dukungan ini secara *emosional* menjamin nilai-nilai individu (baik pria maupun wanita) akan selalu terjaga kerahasiannya dari keingintahuan orang lain.

3. *Tangible support*

Dukungan praktis (*Tangible support*) dukungan sosial dengan adanya bantuan-bantuan yang bersifat pelayanan seperti membantu dalam melakukan kegiatan sehari-hari bantuan secara finansial. Manfaat dukungan ini adalah mendukung pulihnya energi atau stamina dan semangat yang menurun selain itu individu merasa bahwa masih ada perhatian atau kepedulian dari lingkungan terhadap seseorang yang sedang mengalami kesusahan atau penderitaan.

Berdasarkan beberapa pendapat para tokoh yang telah dipaparkan mengenai aspek dukungan sosial penelitian ini menggunakan aspek yang telah dikembangkan oleh Cohen dan Hobermen (1983) yang meliputi *appraisal support*, *tangible support*, dan *belonging support*.

2.3 Harga Diri pada Mahasiswa Rantau ditinjau dari Dukungan Sosial

Harga diri dipandang sebagai salah satu aspek penting dalam pembentukan kepribadian seseorang. Manakala seseorang tidak dapat menghargai dirinya sendiri, maka akan sulit baginya untuk dapat menghargai orang-orang di sekitarnya. Wilis dan David (2015) menjelaskan bahwa harga diri merupakan salah satu elemen penting bagi pembentukan konsep diri seseorang, dan akan berdampak luas pada sikap dan perilakunya.

Coopersmith (1967), mengungkapkan bahwa harga diri terbentuk melalui pengalaman-pengalaman yang menyenangkan maupun kurang menyenangkan. Pengalaman-pengalaman itu selanjutnya menimbulkan perasaan positif maupun perasaan negatif terhadap diri individu. Perasaan-perasaan yang ada pada

seseorang pada umumnya berkaitan dengan tiga hal yaitu pada saat individu menjadi anggota suatu kelompok tertentu, pada saat individu mengalami keberhasilan atau kegagalan, pada saat individu dihargai atau tidak dihargai. Hal ini sesuai dengan apa yang dinyatakan oleh Horney (dalam Hall & Linzey 1993) bahwa harga diri seseorang ditentukan oleh banyaknya penghargaan yang diterima oleh masyarakat lingkungan sekitarnya.

Kuntjono (2002) yang mengatakan bahwa dukungan sosial adalah keberadaan kesediaan, kepedulian untuk memberi kenyamanan, perhatian, penghargaan atau menolong orang dengan sikap menerima kondisinya. Dukungan sosial tersebut diperoleh dari individu maupun kelompok. Dukungan sosial berupa hubungan yang baik dengan orang tua, teman, dan lingkungan tempat tinggal yang diterima para mahasiswa rantau dapat meningkatkan harga diri mahasiswa rantau. Dalam hal ini ditujukan pada individu yang merasa memperoleh dukungan sosial, secara emosional merasa lega karena diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan pada dirinya.

Pentingnya dukungan sosial dalam peningkatan harga diri individu sudah dibuktikan oleh beberapa peneliti. Pratama (2013) menjelaskan bahwa dukungan sosial memiliki peran yang penting terhadap kualitas harga diri. Penelitian Nurmalasari (2007) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan harga diri, semakin tinggi dukungan sosial maka akan semakin tinggi pula harga diri pada remaja dan sebaliknya.

Menurut Najih (2015) dalam penelitian yang telah dilakukan, dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan dalam peningkatan harga diri seseorang,

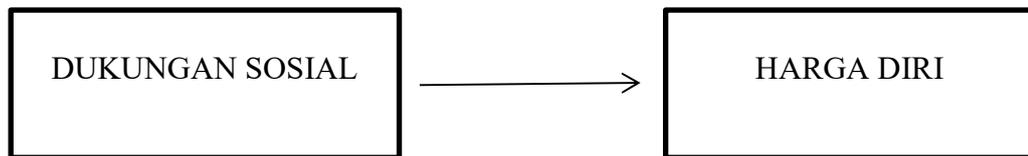
semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang diperoleh semakin tinggi pula harga diri yang dimiliki individu. Hal tersebut juga dipaparkan oleh Sanchaya dan Susilawati (2014) yang menjelaskan bahwa individu yang menilai keberhargaan dirinya akan merasa puas atas kemampuan diri dan merasa menerima penghargaan positif dari lingkungan.

Makhluk sosial yang hidup dalam suatu lingkungan sosial individu selalu membutuhkan individu lain disekitarnya untuk memberikan dukungan atau bantuan ketika mengalami masalah atau kesusahan. Dovall dan Miller (1985) mengemukakan bahwa dukungan dapat berbentuk dorongan, menolong, gotong royong, menunjukkan persetujuan, cinta dan afeksi fisik. Hal tersebut akan menumbuhkan perasaan aman dalam diri individu sehingga memudahkan individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial.

Menurut Nurmalasari (2007) harga diri yang tinggi akan membentuk dan berguna bagi diri remaja untuk membentuk sikap optimisme, rasa percaya diri dan membangkitkan kemauan untuk menerima tanggung jawab yang diberikan serta meningkatkan hubungan sosial yang luas, rasa percaya bahwa dirinya mampu, penting, berhasil dan berharga.

Berdasarkan temuan-temuan penelitian yang dipaparkan dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang memiliki hubungan dalam meningkatkan harga diri. Dukungan sosial bisa didapatkan dari keluarga, lingkungan tempat tinggal, atau lingkungan tempat kerja atau pendidikan.

2.4 Kerangka Berfikir



Gambar 2.1
Kerangka Berfikir

Keterangan

- ❖ Variabel dukungan sosial hubungan variabel harga diri

2.5 Hipotesis

2.5.1 Hipotesis Alternatif (Ha)

Terdapat korelasi yang signifikan antara dukungan sosial dengan harga diri pada mahasiswa rantau di Universitas Sahid Surakarta

2.5.2 Hipotesis Null (Ho)

Tidak terdapat korelasi yang signifikan antara dukungan sosial dengan harga diri pada mahasiswa rantau di Universitas Sahid Surakarta