

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Konsep Diri Remaja

##### 1. Pengertian Konsep Diri

Konsep diri dikembangkan oleh Charles Horton Cooley (1864-1929), George Herbert Mead (1863-1931) dan memuncak pada aliran interaksi simbolis yang tokoh terkemukanya adalah Herbert Blumer. Di kalangan psikologi sosial, yakni psikologi sosial yang berorientasi pada psikologi, konsep diri tenggalam ketika behaviorisme berkuasa. Pada tahun 1943, Gordon E Allport menghidupkan kembali konsep diri. Pada teori motivasi Abraham Maslow (1967, 1970) dan Carl Rogers (1970), konsep diri muncul sebagai tema utama psikologi humanistik<sup>1</sup>.

Konsep diri merupakan terjemahan dari bahasa inggris yaitu “*self concept*” istilah *self* dalam psikologi memiliki dua arti yaitu sikap dan perasaan seseorang terhadap diri sendiri dan sesuatu keseluruhan proses psikologi yang menguasai tingkah laku dan penyesuaian diri<sup>2</sup>.

Hurlock<sup>3</sup> berpendapat bahwa konsep diri sebagai gambaran yang dimiliki orang tentang dirinya. Konsep diri merupakan gabungan dari keyakinan yang dimiliki orang tentang diri mereka sendiri, karakteristik fisik, psikologi, sosial, emosional, aspirasi dan prestasi.

---

<sup>1</sup> Rahmat (dalam Sobur). *Psikologi Umum*. (Bandung: CV Pustaka Setia, 2003), hal. 506

<sup>2</sup> Sumadi Suryabrata. *Psikologi Kepribadian*. (Jakarta: Rajawali Press, 1982), hal. 290

<sup>3</sup> Elizabeth Harlock. *Psikologi Perkembangan 2*. (Jakarta: Erlangga, 1978), hal. 58

Chaplin<sup>4</sup> menyatakan bahwa konsep diri (*self concept*) adalah evaluasi individu mengenai diri sendiri; penilaian atau penaksiran mengenai diri sendiri oleh individu yang bersangkutan.

Kartini Kartono<sup>5</sup> dalam kamus psikologinya menuliskan bahwa konsep diri merupakan keseluruhan yang dirasa dan diyakini benar oleh seseorang mengenai dirinya sebagai seorang individu; ego dan hal-hal yang dilibatkan didalamnya.

Semua konsep diri mencakup citra fisik dan psikologi. Citra fisik berkaitan dengan penampilan fisik individu, daya tarik, kesesuaian atau ketidaksesuaian dengan jenis kelamin, arti penting tubuhnya dalam hubungan dengan perilakunya dan harga dirinya dimata orang lain. Sedangkan citra psikologi didasarkan atas pikiran, perasaan dan emosi. Citra psikologi itu terdiri dari kualitas dan kemampuan yang mempengaruhi penyesuaian pada kehidupan, sifat-sifat seperti keberanian, kepercayaan diri serta berbagai jenis aspirasi dan kemampuan.

Sedangkan Brooks berpendapat bahwa konsep diri adalah sebagai pandangan dan perasaan kita tentang diri kita, persepsi tentang diri ini boleh bersifat fisik, psikologi dan sosial. Konsep diri meliputi apa yang kita pikirkan dan apa yang kita rasakan tentang diri kita sendiri<sup>6</sup>.

Konsep diri menurut Rakhmat<sup>7</sup> tidak hanya merupakan gambaran deskriptif semata, akan tetapi juga merupakan penilaian seorang individu

---

<sup>4</sup> Chaplin J.P. *Kamus Lengkap Psikologi*. (Jakarta: Rajawali Pers, 2004), hal. 451

<sup>5</sup> Kartini Kartono dan Dali Gulo. *Kamus Psikologi*. (Bandung: CV Pionir jaya, 2003), hal . 440

<sup>6</sup> Jalaludin Rahmat.. *Psikologi Komunikasi*. (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2002), hal. 99

<sup>7</sup>Ibid.1996

mengenai dirinya sendiri, sehingga konsep diri merupakan sesuatu yang dipikirkan dan dirasakan oleh seorang individu. Ia mengemukakan dua komponen dari konsep diri yaitu, komponen kognitif (*self image*) dan komponen afektif (*self esteem*). Komponen kognitif (*self image*) merupakan pengetahuan individu tentang dirinya yang mencakup pengetahuan “*who am I*”, dimana hal ini akan memberikan gambaran sebagai pencitraan diri. Adapun komponen afektif merupakan penilaian individu terhadap dirinya yang akan membentuk bagaimana penerimaan akan diri dan harga diri individu yang bersangkutan. Kesimpulan yang bisa diperoleh dari pernyataan Rahmat yakni konsep diri merupakan sesuatu yang dirasakan dan dipikirkan oleh seorang individu berkaitan dengan dirinya sendiri.

Calhoun dan Acocela menjelaskan bahwa konsep diri adalah gambaran mental diri sendiri yang terdiri dari pengetahuan tentang diri sendiri, penghargaan bagi diri sendiri dan penilaian terhadap diri sendiri<sup>8</sup>.

Rosenberg mendefinisikan konsep diri sebagai perasaan harga diri atau sebagai suatu sikap positif atau negatif terhadap suatu obyek khusus yaitu “diri”. Perasaan harga diri menyatakan secara tidak langsung bahwa dia seorang yang berharga, menghargai dirinya sendiri terhadap sebagai apa dia sekarang, tidak mencela tentang apa yang ia lakukan dan tingkatan

---

<sup>8</sup>Calhoun dan Acocela. *Psikologi tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*. (Semarang: IKIP Semarang, 1990), hal. 67

dia merasa positif tentang dirinya. Perasaan harga diri yang rendah menyiratkan penolakan diri, penghinaan dan evaluasi diri yang negatif<sup>9</sup>.

Dari berbagai pemaparan para tokoh diatas, dapat disimpulkan bahwa konsep diri merupakan sikap, perasaan dan pandangan individu tentang dirinya sebagai hasil interaksi dengan lingkungannya yang meliputi fisik, psikis, sosial aspirasi dan prestasi yang nantinya akan menentukan langkah-langkah individu dalam melakukan aktifitas sesuai dengan gambaran yang ada pada dirinya. Konsep diri ini merupakan gabungan dari keyakinan yang dimiliki tentang diri mereka sendiri secara luas baik mengenai fisik, psikologis dan emosional.

## 2. Remaja

Menurut Hurlock istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata latin *adolescere* yang berarti "tumbuh" atau "tumbuh menjadi dewasa". Sedangkan Piaget mengemukakan bahwa secara psikologis, masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dalam masyarakat dewasa<sup>10</sup>. Sedangkan Hall mengatakan bahwa masa remaja merupakan suatu tahap perkembangan yang dikarakteristikan sebagai "*storm and stress*", tahap dimana remaja sangat dipengaruhi oleh *mood* dan remaja tidak dapat dipercaya.

---

<sup>9</sup>Burns, R.B. *Konsep Diri: Teori, Pengukuran, Perkembangan dan Perilaku*. (Jakarta: Arcan, 1993), hal. 69.

<sup>10</sup>Hurlock. *Psikologi Perkembangan Edisi V* (Jakarta: Erlangga, 1999), hal. 206

### a. Tugas Perkembangan Masa Remaja

Havighurst mengatakan bahwa terdapat beberapa tugas perkembangan yang harus dipenuhi pada masa remaja, yaitu<sup>11</sup>:

- 1) Mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita
- 2) Mencapai peran sosial pria dan wanita
- 3) Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif
- 4) Mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab
- 5) Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya
- 6) Mempersiapkan karir ekonomi
- 7) Mempersiapkan perkawinan dan keluarga
- 8) Memperoleh perangkat nilai dan sistem etis

### b. Ciri-Ciri Masa Remaja

Semua periode selama rentang kehidupan adalah sama pentingnya. Namun kadar kepentingannya berbeda-beda dan mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan periode sebelum atau sesudahnya. Adapun ciri-ciri remaja menurut Hurlock , antara lain<sup>12</sup>:

- 1) Masa remaja sebagai periode yang penting

---

<sup>11</sup>Ibid, hal. 10

<sup>12</sup> Ibid,hal.207-209

Pada masa remaja terjadi perkembangan fisik disertai perkembangan mental yang cepat dan penting. Semua perkembangan ini menimbulkan perlunya penyesuaian mental dan pembentukan sikap, nilai dan minat baru.

#### 2) Masa remaja sebagai periode peralihan

Masa remaja merupakan periode dimana seorang anak-anak beralih menjadi dewasa. Remaja harus meninggalkan segala sesuatu yang berbau kekanak-kanakan dan mempelajari pola perilaku dan sikap baru untuk menggantikan yang sudah ditinggalkan. Pada masa ini, remaja bukan lagi seorang anak dan namun bukan juga orang dewasa.

#### 3) Masa remaja sebagai periode perubahan

Perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung dengan pesat. Ketika perubahan fisik menurun, maka perubahan sikap dan perilaku juga menurun. Selain itu, terdapat juga beberapa perubahan lain, seperti meningginya emosi, perubahan minat dan peran, nilai-nilai, dan bersikap ambivalen terhadap setiap perubahan.

#### 4) Masa remaja sebagai usia bermasalah

Setiap periode mempunyai masalahnya sendiri-sendiri, namun masalah pada masa remaja menjadi masalah yang sulit untuk diatasi dikarenakan dua alasan. Pertama, sepanjang masa kanak-kanak,

masalah anak-anak diselesaikan oleh orang dewasa, sehingga kebanyakan remaja tidak berpengalaman dalam mengatasi masalah. Kedua, karena remaja merasa mandiri, sehingga mereka ingin mengatasi masalahnya sendiri, menolak bantuan orang dewasa.

5) Masa remaja sebagai masa mencari identitas

Erikson mengatakan bahwa bagaimana individu mencari identitas mempengaruhi tingkah lakunya. Salah satu cara untuk mengangkat diri sendiri sebagai individu adalah dengan menggunakan simbol status dalam bentuk pemilikan barang yang mudah terlihat. Melalui cara ini, remaja menarik perhatian pada diri sendiri agar dipandang sebagai individu, sementara pada saat yang sama ia mempertahankan identitas dirinya terhadap kelompok sebaya.

6) Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan

*Stereotype* yang ada dalam masyarakat cenderung akan menjadi cermin bagi citra diri remaja yang lambat laun remaja akan mengarah kepada *stereotype* tersebut sehingga nantinya akan berpengaruh terhadap konsep diri dan sikap remaja. Menerima *stereotype* ini dan adanya keyakinan bahwa orang dewasa mempunyai pandangan yang buruk tentang remaja, membuat peralihan kemasa dewasa menjadi sulit.

7) Masa remaja sebagai masa yang tidak realistik

Remaja cenderung melihat kehidupan melalui kaca mata berwarna merah jambu. Ia melihat dirinya dan orang lain sebagaimana yang ia

inginkan dan bukan sebagaimana adanya. Hal ini tampak dari cita-cita yang diciptakan oleh remaja yang tidak realistis dan memandang diri dan orang lain tidak sebagaimana adanya.

#### 8) Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Semakin meningkatnya usia kematangan, remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan *stereotype* belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa, remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa, yaitu merokok, meminum minuman keras, menggunakan obat-obatan, dan terlibat dalam perbuatan seks. Mereka menganggap perilaku ini memberikan citra yang mereka inginkan.

#### c. Perkembangan Konsep Diri Remaja

Sejak kecil individu telah dipengaruhi dan dibentuk oleh pengalaman yang dijumpai dalam hubungannya dengan individu lain, terutama dengan orang-orang terdekat, maupun yang didapatkan dalam peristiwa-peristiwa kehidupan. Sejarah hidup individu dari masa lalu dapat membuat dirinya memandang diri lebih baik atau lebih buruk dari kenyataan sebenarnya.

Hurlock (1999) mengatakan bahwa konsep diri bertambah stabil pada periode masa remaja. Konsep diri yang stabil sangat penting bagi remaja karena hal tersebut merupakan salah satu bukti keberhasilan pada remaja dalam usaha untuk memperbaiki kepribadiannya. Banyak



kondisi dalam kehidupan remaja yang turut membentuk pola kepribadian melalui pengaruhnya pada konsep diri.

Menurut Hurlock, terdapat delapan kondisi-kondisi yang mempengaruhi konsep diri remaja, yaitu<sup>13</sup>:

a. Usia kematangan

Remaja yang matang lebih awal, yang diperlakukan seperti orang yang hampir dewasa, mengembangkan konsep diri yang menyenangkan sehingga dapat menyesuaikan diri dengan baik. Remaja yang terlambat matang, yang diperlakukan seperti anak-anak, merasa salah dimengerti dan bernasib kurang baik sehingga cenderung berperilaku kurang dapat menyesuaikan diri.

b. Penampilan diri

Penampilan diri yang berbeda membuat remaja merasa rendah diri meskipun perbedaan yang ada menambah daya tarik fisik. Setiap cacat fisik merupakan sumber yang memalukan yang mengakibatkan perasaan rendah diri. Sebaliknya, daya tarik fisik menimbulkan penilaian yang menyenangkan tentang ciri kepribadian dan menambah dukungan sosial.

c. Kepatutan seks

Kepatutan seks dalam penampilan diri, minat, dan perilaku membantu remaja mencapai konsep diri yang baik. Ketidapatutan

---

<sup>13</sup> Ibid, hal.235

seks membuat remaja sadar diri dan hal ini memberi akibat buruk pada perilakunya.

d. Nama dan julukan

Remaja peka dan merasa malu bila teman-teman sekelompok menilai namanya buruk atau mereka memberi nama julukan yang bernada cemooh.

e. Hubungan keluarga

Seorang remaja yang mempunyai hubungan yang erat dengan seorang anggota keluarga akan mengidentifikasi diri dengan orang tersebut dan ingin mengembangkan pola kepribadian yang sama.

f. Teman-teman sebaya

Teman-teman sebaya mempengaruhi pola kepribadian remaja dalam dua cara. Pertama, konsep diri remaja merupakan cerminan dari anggapan tentang konsep teman-teman tentang dirinya. Kedua, ia berada dalam tekanan untuk mengembangkan ciri-ciri kepribadian yang diakui kelompok.

g. Kreativitas

Remaja yang semasa kanak-kanak didorong agar kreatif dalam bermain dan dalam tugas-tugas akademis, mengembangkan perasaan individualitas dari identitas yang memberi pengaruh yang baik pada konsep dirinya.

#### h. Cita-cita

Bagi remaja yang mempunyai cita-cita yang tidak realistis, akan mengalami kegagalan. Hal ini akan menimbulkan perasaan tidak mampu dan reaksi-reaksi bertahan dimana ia akan menyalahkan orang lain atas kegagalannya. Remaja yang realistis tentang kemampuannya akan lebih banyak mengalami keberhasilan dari pada kegagalan.

### 3. Dimensi Konsep Diri

Fitts<sup>14</sup> mengklasifikasikan konsep diri menjadi dua kategori yaitu internal dan eksternal.

a. Kategori internal memiliki 3 unsur yakni:

1) Diri identitas

Diri identitas merupakan konsep dasar dalam konsep diri yang membentuk siapa saya dan simbol yang dipilih untuk menjelaskan identitas dirinya. Dengan semakin bertambahnya pengalaman akan semakin banyak simbol yang dipergunakan untuk menjelaskan identitas diri. Setiap unsur identitas akan membentuk pola persepsi dan penafsiran terhadap fenomena lingkungan. Unsur identitas semakin diperkaya sejalan dengan peningkatan kemampuan dan perluasan interaksi dengan lingkungan. Para ahli teori diri (*self*

---

<sup>14</sup> Fitts (dalam Suwandi). "Hubungan Efikasi Diri dan Konsep Diri pada Kecemasan Berbicara di Muka Umum Mahasiswa Studi Teologi Terapan Universitas Sanata Dharma". (Tesis, Program pascasarjana UGM, 2004 ), hal. 46

*theorist*) menyebutkan pengaruh diri identitas sebagai subyek pada perilaku individu.

2) Diri perilaku

Diri perilaku berkaitan dengan perilaku individu berdasar stimulus internal maupun eksternal. Berdasar diri perilaku akan menentukan kesinambungan perilaku dan mempengaruhi perilaku untuk dimasukkan pada abstraksi, simbolisasi atau disatukan dengan identitas.

3) Diri penilai

Diri penilai merupakan hasil interaksi diri identitas dengan diri perilaku yang kemudian disatukan pada konsep diri. Individu memiliki kemampuan untuk mengamati, menyadari dan menilai penampilan perilakunya. Diri penilai bertugas sebagai pengamat, penetap norma, pengkhayal dan pembanding. Diri penilai bertugas pula untuk menghubungkan diri identitas dan diri perilaku.

b. Kategori eksternal memiliki 5 unsur, yakni:

1) Diri fisik

Diri fisik mencerminkan diri individu melihat keadaan fisik, kesehatan, kegagahan dan seksualitas

2) Diri moral etik

Diri moral etik mengacu pada nilai-nilai moral, etika dan spritual dalam mengevaluasi perilaku keagamaan, kebaikan dan kejahatan

### 3) Diri personel

Diri personel mencerminkan pemahaman diri individu tentang nilai-nilai pribadi yang menggambarkan identitas diri. Penafsiran diri personel tidak berkaitan dengan penilaian terhadap fisik diri dan relasi dengan lingkungan.

### 4) Diri keluarga

Diri keluarga merupakan persepsi diri dalam lingkungan dan teman dekat. Diri keluarga merupakan dasar dalam memahami dan menilai diri individu sebagai anggota keluarga dan bagian dari teman dekat.

### 5) Diri sosial

Diri sosial merupakan persepsi diri dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial.

Dimensi yang digunakan pada penelitian ini adalah yang berasal dari kategori eksternal yang meliputi aspek fisik, aspek moral etik, aspek personel, aspek keluarga dan aspek sosial.

## 4. Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri

Faktor-faktor dari konsep diri terdiri atas<sup>15</sup>:

### a. *Identity Self*

Faktor ini mengacu pada pertanyaan “siapa saya?” dalam pertanyaan tersebut tercakup label-label atau simbol-simbol yang diberikan pada

---

<sup>15</sup> Hendriati Agustiani. *Psikologi Perkembangan*. (Bandung: PT Refika Aditama, 2006), hal. 164-165

diri (*self*) oleh individu untuk menggambarkan dirinya dan membangun identitasnya

b. *Behavioral Self*

Faktor ini merupakan persepsi individu mengenai tingkah lakunya dan berisikan seluruh kesadaran mengenai “apa yang diri lakukan”.

c. *Judging Self*

Diri penilai berfungsi mengamati, menentukan standar dan mengevaluasi. Diri penilai ini pula yang menentukan kepuasan seseorang akan dirinya atau seberapa jauh seseorang menerima dirinya

d. *Physical Self*

Merupakan persepsi individu terhadap keadaan dirinya secara fisik, seperti kesehatan, penampilan dan keadaan tubuh

e. *Moral Ethical Self,*

Merupakan persepsi individu terhadap keadaan dirinya dilihat dari standar pertimbangan nilai moral dan etika

f. *Personel Self*

Merupakan persepsi individu terhadap keadaan pribadinya, yang berhubungan dengan sejauh mana ia merasa puas terhadap pribadinya atau sejauh mana ia merasa dirinya sebagai pribadi yang tepat

g. *Family Self*

Menunjukkan persepsi individu yang berhubungan dengan kedudukannya sebagai anggota keluarga

h. *Social Self*,

Merupakan persepsi individu terhadap interaksi dirinya dengan orang lain atau lingkungan di sekitarnya.

## 5. Pola Konsep Diri

Pandangan seseorang terhadap dirinya memiliki dua pola, yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif. Perbedaan ini disebabkan lebih pada bagaimana seseorang mencitrakan dirinya dan menilai berbagai kemungkinan yang menyangkut keberhasilan dan kebahagiaan hidupnya.

Jalaludin Rahmat<sup>16</sup> menjelaskan ada lima karakteristik orang yang memiliki konsep diri positif, yaitu:

- a) Yakin akan kemampuannya dalam mengatasi masalah
- b) Merasa setara dengan orang lain
- c) Menerima pujian tanpa malu
- d) Menyadari, bahwa setiap orang memiliki berbagai perasaan, keinginan dan perilaku yang tidak seluruhnya dapat disetujui oleh masyarakat
- e) Mampu memperbaiki dirinya, karena ia sanggup mengungkapkan aspek-aspek kepribadian yang tidak disenanginya dan dia berusaha mengubahnya.

---

<sup>16</sup> Jalaludin Rahmat. *Psikologi Komunikasi*. (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1994), hal. 105

Pola konsep diri yang kedua adalah konsep diri negatif yang menurut Brooks dan Emmert, ada lima hal yang menjadi karakteristik orang yang memiliki konsep diri negatif, yaitu:

1. Peka pada kritik. Orang ini sangat tidak tahan pada kritik yang diterimanya, dan mudah marah atau naik pitam
2. Responsif sekali terhadap pujian. Walaupun ia mungkin berpura-pura menghindari pujian, ia tidak dapat menyembunyikan antusiasmenya pada waktu menerima pujian
3. Sikapnya hiperkritis terhadap orang lain
4. Bersikap pesimis terhadap kompetisi seperti terungkap dalam keanggotaannya untuk bersaing dengan orang lain dalam membuat prestasi<sup>17</sup>

## 6. Konsep Diri dalam Perspektif Islam

Manusia diciptakan di atas dunia ini tentunya memiliki tujuan. Pertama adalah untuk beribadah kepada-Nya sebagaimana dijelaskan dalam surat Adz-Dzariyat ayat 56 yang berbunyi:

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ﴿٥٦﴾

*“dan aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka beribadah kepada-Ku” (Q. S. Adz-Dzariyat: 56).*

---

<sup>17</sup>Ibid 2005



Ibadah adalah tujuan dari penciptaan manusia. Allah S.W.T menciptakan manusia untuk memberi ganjaran kepada manusia, sedangkan Allah sama sekali tidak membutuhkannya.

Kedua adalah untuk memakmurkan muka bumi sesuai ketentuan dan petunjuk-Nya. Firman Allah:

وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً..... ﴿٣٠﴾

*“Ingatlah ketika Tuhanmu berfirman kepada Para Malaikat: Sesungguhnya aku hendak menjadikan seorang khalifah di muka bumi.” (Q. S. Al-Baqarah: 30)*

Allah akan menciptakan manusia di muka bumi ini sesuai dengan kehendak-Nya. Allah telah memberikan kemakmuran dengan menciptakan manusia beserta segala kekurangan dan kelebihanannya serta siap mengubah bumi ini sesuai dengan kehendak-Nya. Firman Allah:

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ ﴿٤﴾

*“Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya” (Q. S. At-Tiin: 4).*

Sebagai bentuk syukur kita pada Allah atas segala nikmat yang ia berikan tentulah kita tidak boleh mengubah sedikitpun ciptaan-Nya. Mengubah penciptaan-Nya sangat dilaknat oleh Allah karena dapat mendatangkan madharat serta dampak negatif bagi dirinya. Jadi, syukuri apa yang telah diberikan oleh Allah agar kita memiliki konsep diri yang positif.

Faktor yang mempengaruhi konsep diri yang pertama adalah orang lain. Harry Stack Sullivan menjelaskan bahwa jika kita diterima orang lain, dihormati, dan disenangi karena keadaan diri kita, kita akan cenderung bersikap menghormati dan menerima diri kita. Sebaliknya, bila orang lain selalu meremehkan kita, menyalahkan kita, dan menolak keberadaan kita, kita akan cenderung tidak menyenangi diri kita. Kita mengenal diri kita dengan mengenal orang lain lebih dahulu. Allah melarang umat-Nya untuk tidak memperolok-olok dan berprasangka negatif terhadap umat lainnya. Firman Allah dalam surat Al-Hujuurat ayat 11:

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا يَسْخَرُونَ مِنْ قَوْمٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُونُوا خَيْرًا  
 مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءً مِّنْ نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُنَّ خَيْرًا مِّنَّهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا  
 أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الْأَسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ  
 وَمَنْ لَّمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ ﴿١١﴾

*Hai orang-orang yang beriman, janganlah sekumpulan orang laki-laki merendahkan kumpulan yang lain, boleh Jadi yang ditertawakan itu lebih baik dari mereka. dan jangan pula sekumpulan perempuan merendahkan kumpulan lainnya, boleh Jadi yang direndahkan itu lebih baik. dan janganlah suka mencela dirimu sendiri[1409] dan jangan memanggil dengan gelaran yang mengandung ejekan. seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk sesudah iman[1410] dan Barangsiapa yang tidak bertobat, Maka mereka Itulah orang-orang yang zalim. (Q. S. Al-Hujuurat: 11)*

Celaan dan gelaran yang jelek akan dapat mempengaruhi konsep diri seseorang. Disamping itu, Rasul memerintahkan supaya anak yang

lahir diberi nama yang baik. Nabi sendiri banyak mengganti nama para sahabatnya. Ketika seorang sahabat menyebut namanya *Hazn* (dukacita), Nabi menggantinya dengan *Farh* (sukacita); *Al-Mudhtaji* (yang terbaring) diganti oleh Nabi dengan *Al-Munbaitis* (yang bangkit); orang yang namanya *Harb* (perang) diganti nabi dengan *Silm* (damai), dan banyak lagi yang lain. Beliau juga banyak memberi gelaran yang baik kepada sahabatnya. Abu bakar digelari dengan *As-shiddiq* (yang sangat benar), Umar digelari dengan *Al-Faruq* (pemisah antara yang hak dan yang bathil), Kholid diberi gelar *Saifullah* (pedang Allah), Abu Ubaidah digelari dengan *Aminul Ummat* (penjaga amanat umat), dan lain sebagainya.

Para psikolog modern menyadari betapa pentingnya nama dalam membentuk konsep diri, secara tak sadar orang akan didorong untuk memenuhi citra (*image*) yang terkandung di dalam namanya. Teori *Labelling* (penamaan) menjelaskan kemungkinan seseorang menjadi jahat karena masyarakat menamainya atau menggelarinya sebagai penjahat. Janganlah mencela antara sesama mukmin, mencela orang lain berarti mencela diri kita sendiri karena orang-orang mukmin seperti satu tubuh.

Tabel 1  
Inventarisasi Ayat Al-Qur'an tentang Konsep Diri

No	Teks	Makna	Substansi	Sumber
1	إِلَّا لِيَعْبُدُونِ	Melainkan supaya mereka beribadah kepada-Ku	Ibadah	Adz-Dzariyat ayat 56
2	إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً	Sesungguhnya aku hendak menjadikan seorang khalifah di muka bumi."	Khalifah	Al-Baqarah ayat 30
3	فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ	Dalam bentuk yang sebaik-baiknya	Penciptaan manusia	At-Tiin ayat 4
4	وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَرُوا بِاللِّقَبِّ	Dan janganlah suka mencela dirimu sendiri dan jangan memanggil dengan gelaran yang mengandung ejekan.	Rendah diri	Al-Hujuurat ayat 11

## **B. Dukungan Sosial Teman Sebaya**

### **1. Pengertian Dukungan Sosial**

Dukungan sosial sangat diperlukan oleh siapa saja dalam berhubungan dengan orang lain demi melangsungkan hidupnya ditengah-tengah masyarakat. Menurut Cobb<sup>18</sup> dukungan sosial adalah pemberian informasi baik secara verbal maupun non verbal, pemberian bantuan tingkah laku atau materi yang didapat dari hubungan sosial yang akrab, yang membuat individu merasa diperhatikan, bernilai dan dicintai, sehingga dapat menguntungkan bagi kesejahteraan individu yang menerima.

Hal senada diungkap oleh Gottlieb<sup>19</sup> yang menyatakan bahwa dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal dan non verbal, bantuan yang nyata atau tindakan yang diberikan oleh orang lain atau didapat karena hubungan mereka dengan lingkungan dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi dirinya. Dalam hal ini orang yang merasa memperoleh dukungan sosial secara emosional merasa lega karena diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan pada dirinya, agar mereka dapat mencari jalan keluar untuk memecahkan dirinya.

---

<sup>18</sup> Cobb (dalam Tizar Rahmawan) "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Hardiness Remaja di Panti Asuhan Putra Muhammadiyah Kota Malang". (Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang, 2010), hal. 27

<sup>19</sup> Ibid, hal.28

Sarason<sup>20</sup> mengatakan bahwa dukungan sosial adalah keberadaan, kesediaan, kepedulian dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai dan menyayangi kita. Sarason berpendapat bahwa dukungan sosial itu selalu mencakup dua hal yaitu:

- a. Jumlah sumber dukungan sosial yang tersedia, merupakan persepsi individu terhadap sejumlah orang yang dapat diandalkan saat individu membutuhkan bantuan (pendekatan berdasarkan kuantitas)
- b. Tingkatan kepuasan akan dukungan sosial yang diterima, berkaitan dengan persepsi individu bahwa kebutuhannya akan terpenuhi (pendekatan berdasarkan kualitas).

Hal diatas penting dipahami oleh individu yang ingin memberikan dukungan sosial karena menyangkut persepsi tentang keberadaan (*availability*) dan ketepatan (*adequancy*) dukungan sosial bagi seseorang. Dukungan sosial bukan sekedar pemberian bantuan, tetapi yang penting adalah bagaimana persepsi si penerima terhadap makna dari bantuan tersebut. Hal itu erat hubungannya dengan ketepatan dukungan sosial yang diberikan, dalam arti bahwa orang yang menerima sangat merasakan manfaat bantuan bagi dirinya karena sesuatu yang aktual dan memberikan kepuasan.

Sarafino<sup>21</sup> mengatakan bahwa dukungan sosial adalah kesenangan, yang dirasakan, penghargaan akan kepedulian atau bantuan yang diperoleh individu dari orang lain, dimana orang lain disini dapat

---

<sup>20</sup> Ibid

<sup>21</sup> Ibid, hal. 29

diartikan sebagai individu perorangan atau kelompok. Hal tersebut menunjukkan bahwa segala sesuatu yang ada di lingkungan menjadi dukungan sosial atau tidak, tergantung pada sejumlah mana individu merasakan hal tersebut sebagai dukungan sosial.

Dari definisi diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan hubungan interpersonal yang didalamnya berisi pemberian bantuan yang melibatkan aspek-aspek yang terdiri dari informasi, perhatian, emosi penilaian dan bantuan instrumental yang diperoleh individu melalui interaksi dengan lingkungannya dan memiliki manfaat emosional atau efek perilaku bagi penerima, sehingga dapat membantu individu

## **2. Pengertian Teman Sebaya**

Teman sebaya dalam masa remaja adalah sekelompok individu yang terdiri dari beberapa anggota remaja yang kira-kira berumur sama, dan mulai menyadari akan hubungan sosial dan tekanan sosial dari teman-teman sebayanya. Pada masa remaja ini, mereka juga mulai melepaskan diri dari ketergantungan pada orang tuanya dan mulai melakukan proses sosialisasi dengan dunia yang lebih luas.

Menurut Mappire ada beberapa hal pribadi yang dapat membuat seseorang atau individu diterima dalam kelompok teman sebaya yaitu: penampilan (*performance*), kemampuan pikir, sikap, sifat, perasaan dan

pribadi<sup>22</sup>. Terdapat kelompok-kelompok yang terbentuk pada masa remaja: *chums* (sahabat karib), *cliques* (komplotan), *crowds* (kelompok banyak remaja), kelompok yang diorganisir dan *gangs*.

a. *Chums* (sahabat karib)

Merupakan suatu kelompok remaja dimana dalam kelompok tersebut terdapat ikatan persahabatan yang sangat kuat. Biasanya terdiri dari 2-3 remaja dengan jenis kelamin sama, memiliki minat dan cita-cita yang mirip sehingga membuat remaja tersebut sangat akrab meskipun terkadang ada perselisihan namun dengan mudah mereka lupakan. Misalnya teman sekamar.

b. *Cliques* (komplotan)

Biasanya terdiri dari 4-5 remaja yang memiliki minat, kemampuan yang relatif sama. *Cliques* biasanya terjadi dari penyatuan dua pasang sahabat karib (*chums*) yang terjadi pada tahun pertama pada remaja awal.

c. *Crowds* (kelompok banyak remaja)

Kelompok ini lebih besar dari pada kelompok *cliques*, karena biasanya dari *chums* menjadi *cliques* kemudian terbentuklah *crowds*. Terdapat jenis kelamin berbeda, keragaman minat serta kemampuan dan kemauan diantara anggota *crowds*. Hal yang sama mereka miliki adalah rasa takut diabaikan atau tidak diterima oleh teman-teman *crowds* karena adanya keragaman tersebut sehingga ia sangat membutuhkan penerimaan teman sebayanya.

---

<sup>22</sup> Mappiare, A. *Psikologi Remaja*. (Surabaya: Usaha Nasional, 1982), hal.170



d. Kelompok yang diorganisir

Kelompok ini dibentuk dan diorganisir oleh orang dewasa biasanya melalui lembaga-lembaga tertentu misalnya sekolah atau yayasan. Kelompok ini timbul karena adanya kesadaran dari orang dewasa bahwasanya remaja sangat membutuhkan penyesuaian pribadi dan sosial, penerimaan dan ikut serta dalam kelompok-kelompok. Anggota kelompok ini terdiri dari remaja-remaja, baik yang telah memiliki sahabat dalam kelompok tersebut maupun yang belum mempunyai kelompok.

e. *Gangs*

Merupakan kelompok yang terbentuk dengan sendirinya yang pada umumnya merupakan akibat pelarian dari keempat jenis kelompok diatas. Anggota *gangs* dapat berlainan jenis kelamin dan dapat pula sama.

Karena remaja lebih banyak berada diluar rumah bersama dengan teman-teman sebaya sebagai kelompok, maka dapatlah dimengerti bahwa pengaruh teman-teman sebaya pada sikap, pembicaraan, minat, penampilan, dan perilaku lebih besar dari pada pengaruh keluarga.

### 3. Bentuk Dukungan Sosial

Empat bentuk dukungan sosial menurut House & Kahn<sup>23</sup>

a. Dukungan emosional (*emosional support*)

Berupa ungkapan empati, perlindungan, perhatian dan kepercayaan terhadap individu, serta keterbukaan dalam memecahkan masalah seseorang. Dukungan ini akan membuat seseorang merasa nyaman, tentram, dan dicintai.

b. Dukungan instrumental (*instrumental support*)

Dukungan dalam bentuk penyediaan sarana yang dapat mempermudah tujuan yang ingin dicapai dalam bentuk materi, dapat juga berupa jasa, atau pemberian peluang waktu dan kesempatan.

c. Dukungan informasi (*informational support*)

Bentuk dukungan yang meliputi pemberian nasehat, arahan, pertimbangan tentang bagaimana seseorang harus berbuat untuk tercapainya pemecahan masalah.

d. Dukungan penilaian

Berupa pemberian penghargaan atas usaha yang telah dilakukan, memberikan umpan balik, mengenai hasil atau prestasi yang diambil individu.

---

<sup>23</sup>Suci Hidayati . “Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas Vii Mts Al-Mukarromin Desa Wadak Kidul Duduk Sampeyan Gresik”. Skripsi, Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang, 2011.

#### 4. Komponen-komponen Dukungan Sosial

Weiss<sup>24</sup> mengemukakan adanya enam komponen dukungan sosial yang disebut sebagai “*the social provision scale*” dimana masing-masing komponen dapat berdiri sendiri, namun satu sama lain saling berhubungan. Adapun komponen tersebut antara lain:

##### a. *Instrumental Support*

###### 1) *Reliable Alliance* (ketergantungan yang diandalkan)

Dalam dukungan sosial ini, individu mendapat jaminan bahwa ada individu lain yang dapat diandalkan bantuannya ketika individu membutuhkan bantuan, bantuan tersebut sifatnya nyata dan langsung. Individu yang menerima bantuan ini akan merasa tenang karena individu menyadari ada individu lain yang dapat diandalkan untuk menolongnya bila individu mengalami masalah dan kesulitan

###### 2) *Guidance* (bimbingan)

Dukungan sosial ini berupa nasehat, saran dan informasi yang diperlukan dalam memenuhi kebutuhan dan mengatasi permasalahan yang dihadapi. Dukungan ini juga dapat berupa *feedback* (umpan balik) atas sesuatu yang telah dilakukan individu.

---

<sup>24</sup> Weiss (dalam Ristiani dkk). “Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Identitas Diri pada Remaja di SMA Pusaka 1 Jakarta”

b. *Emotional Support*

1) *Reassurance of worth* (pengakuan positif)

Dukungan sosial ini berbentuk pengakuan atau penghargaan terhadap kemampuan dan kualitas individu. Dukungan ini akan membuat individu merasa dirinya diterima dan dihargai

2) *Emotional attachment* (kedekatan emosional)

Dukungan sosial ini berupa pengekspresian dari kasih sayang, cinta, perhatian dan kepercayaan yang diterima individu, yang dapat memberikan rasa aman kepada individu yang menerima.

3) *Social integration* (integrasi sosial)

Dukungan sosial ini memungkinkan individu untuk memperoleh perasaan memiliki suatu kelompok yang memungkinkannya untuk berbagi minat, perhatian serta melakukan kegiatan secara bersama-sama. Dukungan semacam ini memungkinkan individu mendapatkan rasa aman, nyaman serta merasa memiliki dan dimiliki dalam kelompok yang memiliki persamaan minat.

4) *Opportunity to provide nurturance* (kesempatan untuk mengasuh)

Suatu aspek penting dalam hubungan interpersonal adalah perasaan dibutuhkan oleh orang lain. Dukungan sosial ini memungkinkan individu untuk memperoleh perasaan bahwa orang lain tergantung padanya untuk memperoleh kesejahteraan.

## 5. Faktor-faktor Terbentuknya Dukungan Sosial

Myers<sup>25</sup> mengemukakan bahwa sedikitnya ada tiga faktor yang mendorong seseorang untuk memberikan dukungan yang positif, diantaranya:

- a. Empati, yaitu turut merasakan kesusahan orang lain dengan tujuan mengantisipasi emosi dan memotivasi tingkah laku untuk mengurangi kesusahan dan meningkatkan kesejahteraan orang lain.
- b. Norma dan nilai sosial, yang berguna untuk membimbing individu untuk menjalankan kewajiban dalam kehidupan.
- c. Pertukaran sosial, yaitu hubungan timbal balik perilaku sosial antara cinta, pelayanan, informasi. Keseimbangan dalam pertukaran akan menghasilkan hubungan interpersonal yang memuaskan. Pengalaman akan pertukaran secara timbal balik ini membuat individu lebih percaya bahwa orang lain akan menyediakan bantuan.

## 6. Sumber-sumber Dukungan Sosial

Penyedia atau sumber dukungan sosial dapat siapa saja di masyarakat yang membawa lingkungan positif dan penguatan terhadap individu, terutama dari anggota keluarga. Dukungan sosial dapat diperoleh dari pasangan (suami dan istri), anak-anak, anggota keluarga yang lain, dari

---

<sup>25</sup> Ibid, hal 14

teman, profesional, komunitas atau masyarakat, atau dari kelompok dukungan sosial<sup>26</sup>.

Sumber-sumber dukungan sosial. yaitu sebagai berikut:

a) Keluarga

Keluarga merupakan sumber dukungan sosial, karena dalam hubungan keluarga tercipta hubungan yang saling mempercayai. Individu sebagai anggota keluarga akan menjadikan keluarga sebagai kumpulan harapan, tempat bercerita, tempat bertanya, dan tempat mengeluarkan keluhan-keluhan bilamana individu sedang mengalami permasalahan

b) Teman/sahabat

Teman dekat merupakan sumber dukungan sosial karena dapat memberikan rasa senang dan dukungan selama mengalami suatu permasalahan. Persahabatan adalah hubungan yang saling mendukung, saling memelihara, pemberian dalam persahabatan dapat terwujud barang atau perhatian tanpa unsur eksploitasi.

## 7. Dukungan Sosial dalam Perspektif Islam

Islam diciptakan oleh Allah S.W.T sebagai suatu agama yang mulia, karena ajaran-ajarannya mengandung nilai-nilai budi yang luhur (akhlak mulia), sehingga Islam dikenal sebagai agama yang "*rahmatan lil 'alamin*" yang penuh dengan cinta, kasih sayang dan kelembutan. Agama yang di ridhoi oleh Allah S.W.T adalah agama Islam. Agama yang

<sup>26</sup>Irmawati Dwi Febrianti. "Hubungan antara Dukungan Sosial Orangtua dengan Prokrastinasi Akademik dalam menyelesaikan skripsi pada Mahasiswa Psikologi Universitas di Ponegoro Semarang." (Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas di Ponegoro Semarang, 2009), hal. 41

mengajarkan kepada umatnya untuk selalu memberikan kasih sayang terhadap sesama dan menebarkan kebaikan dimuka bumi ini. Hadist Nabi “Seorang mukmin terhadap mukmin lainnya seumpama bangunan saling mengokohkan satu dengan yang lain”. Selain itu, Islam juga menganjurkan untuk saling memberikan dukungan positif antar sesama. Dukungan atau solidaritas inilah yang menjadi hal penting dalam kehidupan sehari-hari. Anjuran untuk melakukan kebaikan terdapat dalam surat Al-Maidah ayat 2 yang berbunyi:

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ ۖ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ ۗ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۖ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ ﴿٢﴾

“dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. dan bertakwalah kamu kepada Allah, Sesungguhnya Allah Amat berat siksa-Nya”. (Q.S. Al-Maidah: 2).

Berdasarkan firman Allah diatas, jelas bahwa seruan untuk selalu melakukan kebaikan dan meninggalkan sesuatu yang dapat menimbulkan madharat bagi manusia. Sebagai makhluk sosial, manusia tidak dapat hidup sendiri tanpa bantuan dari orang lain. Sudah selayaknya kita sebagai umat beragama untuk saling tolong-menolong terhadap sesama serta memberikan kasih sayang bagi orang lain. Ayat al-Quran yang

menjelaskan tentang hal yang sama adalah As-Syuura ayat 23 yang berbunyi:

قُلْ لَا أَسْأَلُكُمْ عَلَيْهِ أَجْرًا إِلَّا الْمَوَدَّةَ فِي الْقُرْبَىٰ وَمَن يَقْتَرِفْ حَسَنَةً نَّزِدْ لَهُ

فِيهَا حُسْنًا ..... ﴿٢٣﴾

*“Katakanlah: "Aku tidak meminta kepadamu sesuatu upahpun atas seruanku kecuali kasih sayang dalam kekeluargaan". dan siapa yang mengerjakan kebaikan akan Kami tambahkan baginya kebaikan pada kebbaikannya itu”. (Q.S. Asy-Syuura: 23).*

Seperti janji Allah dalam ayat diatas, bahwasanya Dia akan membalas semua kebaikan yang telah dilakukan oleh manusia yang dibalasnya dengan kebaikan pula. *Allah selalu menolong orang selama orang itu selalu menolong saudaranya (semuslim) (HR. Ahmad).* Betapa Allah S.W.T memberikan kemudahan kepada kita semua atas semua perintahnya. Allah tidak akan meminta balasan atas apa yang Allah seruankan kecuali hanya menanamkan kasih sayang dalam kekeluargaan. Betapa mulianya agama Islam, yang selalu mengajarkan umatnya untuk selalu berbuat kebaikan seperti tolong-menolong dan kasih sayang sesama umat yang lainnya.



Tabel 2  
Inventarisasi Ayat Al-Qur'an tentang Dukungan Sosial

No	Teks	Makna	Substansi	Aspek Dukungan Sosial	Sumber
1	وَتَعَاوَنُوا	Dan tolong menolonglah	Tolong-menolong	Dukungan instrumental	Al-Maidah ayat 2
2	الْمَوَدَّةَ	Kasih sayang	Kasih sayang	Dukungan emosional	Asy-Syuura ayat 23
3	وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ	Dan beramal sholeh	Beramal shaleh	Dukungan informasi	Al-ashr ayat 3
4	يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ	Mengucapkan Perkataan yang lebih baik (benar).	Perkataan yang baik	Dukungan penilaian	Al-Isra' ayat 53

### C. Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Konsep Diri Remaja

Masa remaja merupakan masa yang penuh dengan kegoncangan dan kebingungan serta ketidakstabilan di dalam dirinya<sup>27</sup>. Pada masa ini remaja mengalami perubahan drastis, baik dalam fisik, psikis maupun sosial. Dimasa ini remaja akan menghadapi berbagai macam persoalan yang tidak dapat mereka selesaikan sendiri tanpa adanya bimbingan dan dukungan dari orang-orang terdekatnya. Oleh karena itu, remaja berusaha menggabungkan diri dengan teman-teman sebayanya. Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk mendapatkan pengakuan dan dukungan dari kelompok teman sebayanya sehingga akan tercipta rasa aman, terutama ketika remaja dihadapkan pada

<sup>27</sup> Purnama. M. U. *Persoalan Remaja di Sekolah*. Anima, 1998, 2, 11, 05-21

suatu masalah. Kelompok teman sebaya merupakan lingkungan sosial pertama dimana remaja belajar untuk hidup bersama dengan orang lain yang bukan anggota keluarganya<sup>28</sup>.

Senada dengan pendapat yang dikemukakan oleh Al-Mighwar<sup>29</sup> bahwa kelompok teman sebaya memberikan dunia tempat remaja muda bisa melakukan sosialisasi dalam suasana dimana nilai-nilai yang ditentukan oleh teman-teman seusianya. Keberadaan teman sebaya dalam kehidupan remaja merupakan keharusan, untuk itu seorang remaja harus mendapatkan penerimaan yang baik untuk memperoleh dukungan sosial dari kelompok teman sebayanya.

Dukungan sosial yang didapatkan remaja dari teman sebayanya dapat memberikan informasi terkait dengan hal apa yang harus dilakukan remaja dalam upaya membentuk konsep dirinya, selain itu dapat pula memberikan timbal balik atas apa yang remaja lakukan dalam kelompok dan lingkungan sosialnya serta memberikan kesempatan bagi remaja untuk menguji coba berbagai macam peran dalam menyelesaikan krisis guna membentuk konsep diri yang positif.

Dukungan sosial memiliki beberapa komponen salah satunya adalah *reliable alliance* (ketergantungan yang diandalkan). Dalam dukungan sosial ini, individu mendapatkan jaminan bahwa ada individu yang dapat diandalkan bantuannya ketika individu membutuhkan bantuan, misalnya ketika remaja sedang mengalami masalah yang rumit, maka remaja dapat

---

<sup>28</sup> Mu'tadin (dalam Ristiani dkk). "Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Identitas Diri pada Remaja di SMA Pusaka 1 Jakarta"

<sup>29</sup> Ibid

*share* pada teman dekatnya yang dianggap lebih mengerti dan bersedia memberikan jalan keluar atas masalahnya sehingga remaja dapat menyelesaikan masalah rumitnya tersebut atas bantuan temannya.

Faktor-faktor terbentuknya dukungan sosial menurut Myers<sup>30</sup> adalah empati, norma dan nilai sosial dan pertukaran sosial. Empati merupakan faktor utama dalam mempengaruhi pemberian dukungan sosial. Misalnya, ketika kita memiliki seorang teman yang baru saja ditinggal pergi oleh orang yang dicintainya, saat ia bercerita dan mengeluh tentang kesedihan yang dirasakannya, tentulah kita juga merasakan kesedihan yang teman kita rasakan. Kita dapat memberikan dukungan sosial agar kesedihan yang dirasakan tidak berlarut-larut. Dengan demikian terlihat jelas bahwa teman sebaya dapat memberikan dukungan sosial bagi diri remaja.

Dukungan sosial teman sebaya merupakan ketersediaan teman sebaya sebagai sumber daya yang memberikan kenyamanan fisik dan psikologis yang didapat melalui interaksi remaja dengan teman sebaya sehingga remaja tersebut merasa dicintai, diperhatikan, dihargai dan merupakan bagian dari kelompok sosial.

Pembentukan konsep diri merupakan tugas perkembangan utama individu ketika ia memasuki usia remaja. Hurlock berpendapat bahwa konsep diri sebagai gambaran yang dimiliki orang tentang dirinya. Konsep diri merupakan gabungan dari keyakinan yang dimiliki orang tentang diri mereka sendiri, karakteristik fisik, psikologi, sosial, emosional, aspirasi dan prestasi.

---

<sup>30</sup> Myers (dalam Ristiani dkk). "Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Identitas Diri pada Remaja di SMA Pusaka 1 Jakarta"

Konsep diri terbentuk berdasarkan persepsi seseorang tentang sikap orang lain terhadap dirinya. Pada saat anak memasuki usia remaja, ia mengalami begitu banyak perubahan dalam dirinya. Sikap atau tingkah lakunya ditampilkannya juga akan mengalami perubahan, dan sebagai akibatnya, sikap orang lain terhadap dirinya juga akan berubah-ubah, menyesuaikan dengan perubahan yang terampil dalam dirinya. Oleh karena itu, konsep diri pada remaja cenderung untuk tidak konsisten, karena sikap orang lain yang dipersepsikan oleh remaja juga berubah. Akan tetapi, melalui cara ini, remaja mengalami suatu perkembangan konsep diri sampai akhirnya ia memiliki konsep diri yang konsisten<sup>31</sup>.

Konsep diri terbentuk karena adanya interaksi individu dengan orang-orang di sekitarnya. Apa yang dipersepsi individu lain mengenai diri individu, tidak terlepas dari struktur, peran dan status sosial yang disandang seorang individu. Struktur, peran dan status sosial merupakan gejala yang dihasilkan dari adanya interaksi antara individu satu dan individu lain, antara individu dan kelompok atau antara kelompok dan kelompok. Konsep diri bukan merupakan faktor yang dibawa sejak lahir, melainkan faktor yang dipelajari dan terbentuk dari pengalaman individu dalam berhubungan dengan individu lain. Selama proses interaksi, setiap individu akan menerima tanggapan. Tanggapan yang diberikan dijadikan cermin bagi individu untuk menilai dan memandang dirinya sendiri. Dengan demikian, konsep diri

---

<sup>31</sup> Rais (dalam Sobur). *Psikologi Umum*. (Bandung: CV pustaka setia, 2003), hal. 511

terbentuk karena suatu proses umpan balik dari individu lain yang dalam hal ini adalah teman sebayanya.

#### **D. Penelitian Terdahulu**

Tujuan dicantumkan penelitian terdahulu dalam penelitian ini adalah untuk mendapatkan bahan perbandingan antara penelitian saat ini dengan yang penelitian terdahulu serta sebagai bahan referensi. Selain itu, untuk menghindari anggapan kesamaan dengan penelitian terdahulu yang telah dilakukan. Maka peneliti mencantumkan beberapa hasil penelitian terdahulu, diantaranya adalah:

Siti Muthi'a Fiddini, 2012, UIN Maliki Malang dengan penelitiannya yang berjudul hubungan antara konsep diri dengan penyesuaian diri siswa SMP Ibrohimy 3 Sukorejo Situbondo. Variabel bebasnya adalah konsep diri sedangkan variabel terikatnya adalah penyesuaian diri. Rancangan penelitian yang digunakan dengan pendekatan kuantitatif korelasional untuk menemukan ada tidaknya hubungan antara konsep diri dengan penyesuaian diri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara konsep diri dengan penyesuaian diri pada siswa SMP Ibrohimy 3 Sukorejo Situbondo. Artinya semakin tinggi tingkat konsep diri maka semakin tinggi pula tingkat penyesuaian diri siswa SMP Ibrohimy 3 Sukorejo Situbondo. Hasil  $r_{xy} = 0,650$  dengan tingkat konsep diri dan penyesuaian diri siswa SMP Ibrohimy 3 Sukorejo Situbondo bertaraf tinggi dengan prosentase 93,67 % (74 siswa) dan penyesuaian diri 91,14 % (79 siswa).

Zamroni 2010, UIN Maliki Malang dengan penelitiannya yang berjudul pengaruh konsep diri dan zuhud terhadap motivasi berprestasi santri pesantren Tebuiring Jombang. Terdapat dua variabel bebas yaitu konsep diri dan zuhud, sedangkan variabel terikatnya adalah motivasi berprestasi. Rancangan penelitian yang digunakan adalah korelasional kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan pengaruh yang positif secara bersama-sama antara konsep diri positif dan zuhud terhadap motivasi berprestasi Santri Pesantren Tebuiring Jombang. Hasil skor konsep diri  $r_{xy} = 0,669$  dan skor zuhud  $r_{xy} = 0,742$ . dengan tingkat konsep diri dan zuhud bertaraf tinggi dengan prosentase 55,4 % (62 santri) dan 58,9 % (66 santri) sedangkan tingkat motivasi berprestasi santri Pesantren Tebuiring Jombang bertaraf sedang dengan prosentase 52,7 % (59 santri).

Citra Ayu Kumalasari 2010, UIN Maliki Malang dengan penelitiannya yang berjudul hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well being* siswa SMA di Ponegoro Tulungagung. Variabel bebasnya adalah dukungan sosial sedangkan variabel terikatnya adalah *psychological well being*. Rancangan penelitian yang digunakan adalah korelasional kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan *psychological well being* siswa SMA di Ponegoro Tulungagung. Hasil  $r_{xy} = 0,868$  dengan tingkat dukungan sosial dengan *psychological well being* siswa SMA di Ponegoro Tulungagung bertaraf tinggi dengan presentase 69 % (54 siswa) dan *psychological well being* 68 % (53 siswa)

Tabel 3  
Perbedaan Penelitian ini dengan Penelitian Terdahulu

No	Judul	Metode	Perbedaan
1	Hubungan antara konsep diri dengan penyesuaian diri siswa SMP brohimy 3 Sukorejo Situbondo	Kuantitatif korelasional Analisis data dengan rumus korelasi <i>product moment</i>	1. Lokasi penelitian 2. Sampel yang digunakan pada penelitian saat ini adalah siswa-siswi SMK 3. Variabel bebas penelitian saat ini adalah dukungan sosial
2	Pengaruh konsep diri dan zuhud terhadap motivasi berprestasi santri pesantren Tebuiring Jombang	Korelasional kuantitatif, Analisis data dengan analisis deskriptif dan analisis inferensial	1. Lokasi penelitian 2. Subjek yang digunakan pada penelitian saat ini adalah siswa sedangkan pada penelitian terdahulu adalah santri. 3. Variabel bebas penelitian saat ini adalah dukungan sosial Sedangkan pada penelitian terdahulu variabel bebasnya adalah konsep diri 4. Analisis data dengan analisis deskriptif dan korelasi <i>product moment</i>
3	Hubungan antara dukungan sosial dengan <i>psychological well being</i> siswa SMA di Ponegoro Tulungagung	Kuantitatif korelasional. Analisis data dengan rumus korelasi <i>product moment</i>	1. Lokasi penelitian 2. Pada penelitian saat ini fokus pada dukungan sosial teman sebaya sedangkan penelitian terdahulu fokus dukungan sosial pada masyarakat umum

## Hipotesis

Dalam suatu penelitian, hipotesis dapat didefinisikan sebagai suatu dugaan sementara yang diajukan seorang peneliti untuk diuji kebenarannya. Apa yang dilakukan oleh seorang peneliti dalam sebuah penelitian adalah melakukan pembuktian hipotesis<sup>32</sup>. Terdapat dua macam hipotesis, yaitu:

1. Tak Berarah ( $H_0$ )

Tidak ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan konsep diri remaja pada siswa kelas X di SMKN 2 Malang.

2. Berarah ( $H_a$ )

Ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan konsep diri remaja pada siswa kelas X di SMKN 2 Malang. Semakin tinggi tingkat dukungan sosial teman sebaya maka semakin tinggi pula konsep diri remaja pada siswa kelas X di SMKN 2 Malang.

---

<sup>32</sup> Tulus Winarsunu. *Statistik dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*. (Malang: UMM, 2002), hal.10