

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep *Thalassemia*

2.1.1 Pengertian *Thalassemia*

Thalassemia berasal dari bahasa yunani “*thalassa*” yang artinya lautan, dan “*haima*” yang artinya darah, thalassemia pertama kali ditemukan didaerah sekitar laut tengah dan akhirnya mulai tersebar luas kedaerah Mediteranian seperti Yunani, Italia, Afrika bagian utara, India selatan, kawasan Timur tengah, Srilangka sampai kawasan Asia Tenggara termasuk Indonesia (Oliveri, 1999, dalam Syifa Nurmala 2017). *Thalassemia* adalah suatu penyakit kelainan darah yang sering dijumpai diseluruh belahan dunia. *Thalassemia* ini menarik perhatian khusus dari dunia dimana thalassemia ini tidak bisa disembuhkan, tetapi dapat dicegah. *Thalassemia* merupakan suatu syndrome yang diturunkan atau diwariskan (*inherited*) dan termasuk kedalam suatu kelompok hemoglobinopati, yaitu sebuah kelainan yang dapat disebabkan oleh adanya gangguan sintesis hemoglobin akibat adanya mutase didalam atau didekat gen globin. (Nurarif, 2015)

Thalassemia merupakan salah satu penyakit genetik terbanyak diseluruh dunia yang ditandai dengan berkurangnya atau tidak terbentuknya salah satu dari rantai globin baik dari $-\alpha$ ataupun $-\beta$ yang

merupakan inti dari sebuah komponen penyusun molekul hemoglobin normal. (IDAI, 2016)

2.1.2 Etiologi

Thalassemia terjadi akibat adanya suatu ketidakmampuan pada sumsung tulang belakang yang membuat suatu protein yang dibutuhkan tubuh untuk memproduksi Hemoglobin (Hb) secara sempurna. (Ahmad Sukri, 2016)

Hemoglobin suatu protein kaya akan zat besi yang berada didalam eritrosit (sel darah merah) yang akan berfungsi untuk mengangkut oksigen dari paru-paru yang bakal diedarkan keseluruhan bagian tubuh yang membutuhkannya. Oksigen sangat dibutuhkan oleh tubuh dimana oksigen sebagai suatu energi untuk terjadinya proses metabolisme tubuh. Apabila oksigen dalam tubuh berkurang, maka pasokan energi yang dibutuhkan tubuh tidak akan terpenuhi sehingga fungsi tubuh terganggu yang akan mengakibatkan terjadinya suatu gangguan pertumbuhan, pucat, dan lemas. (Ahmad Sukri, 2016)

Hemoglobin merupakan suatu zat pewarna merah yang berada pada butiran darah merah. Keberadaan zat pewarna merah ini sangat dibutuhkan, dimana zat pewarna ini memungkinkan darah mengangkut kadar oksigen keseluruhan tubuh. Kekurangan hemoglobin darah akan mengalami dampak yang buruk bagi tubuh, seperti akan mengalami sesak napas, hingga bisa berujung pada terjadinya kematian. (Ahmad Sukri, 2016)

Thalassemia tidak termasuk kelompok penyakit menular melainkan *thalassemia* masuk kedalam kelompok penyakit keturunan atau penyakit kelainan pembentukan sel darah merah yang disebabkan akibat tidak adanya sintesis hemoglobin Hb dan disebabkan oleh adanya gen resesif autosomal (sifat gen non-seks), karena adanya mutasi dari DNA pada gen globin, sehingga menyebabkan darah berubah bentuk dan pecah. (Ahmad Sukri, 2016)

Sumsum tulang pada penyandang *thalassemia* dapat memproduksi sel darah merah lebih banyak dibanding dengan orang normal, hanya saja umur dari sel darah merah tidak mampu sampai 120 hari seperti pada umumnya sel darah merah pada orang normal. Akibat dengan adanya aktifitas tinggi memproduksi sel darah merah, akan memicu sumsum tulang, terutama pada tulang-tulang pipih untuk memperluas dirinya, perluasan ini membuat tulang-tulang pipih melebar. Sebab itu, kebanyakan penyandang thalassemia yang tidak ditangani dengan baik dan benar sejak dini, yang Hbnya sering terlalu rendah, dapat menyebabkan terjadinya kelainan tulang seperti tulang melebar, jarak kedua mata menjadi lebih jauh, dahi dan batang hidung menonjol, serta menyebabkan terjadinya kelemahan tulang dan keropos. (Ahmad Sukri, 2016)

2.1.3 Patofisiologi

Adanya suatu pernikahan penyandang thalasemia carier yang akan menyebabkan terjadinya penurunan penyakit secara autosomal resesif, sehingga terjadinya suatu gangguan sintesis rantai globin α dan β , dari gangguan ini dapat menyebabkan pembentukan rantai α dan β diretikulo tidak seimbang. Dari kedua *thalassemia* α dan β akan mengalami suatu gangguan dalam pembentukan rantai α dan β menurun, sehingga terjadi pengendapan rantai α dan β meningkat, sehingga dari kedua rantai tersebut tidak dapat membentuk HbA yang dapat menyebabkan adanya pembentukan *inclosion bodies* dan menempel didinding kepingan darah, sehingga terjadi kerusakan pada membran sel darah merah dimana darah tidak efektif, hanya ada sebagian kecil kepingan darah yang mencapai suatu sirkulasi pada perifer yang dapat menimbulkan terjadinya anemia. Anemia menimbulkan terjadinya suatu permasalahan seperti hipoksia, kompensasi tubuh membentuk eritrosit oleh sumsum tulang belakang meningkat, peningkatan O₂ oleh *Red Blood Cell* (RBC) menurun. Hipoksia dapat menyebabkan adanya tubuh merespon dengan pembentukan eritropoetin yang masuk kesirkulasi menyebabkan suatu rangsangan kepada eritropoiesis dan terjadinya hemopoiesis diextremedula sehingga menimbulkan hemakromateris dan terjadi fibrosis dalam paru-paru, pancreas, jantung, hati dan limfa. Peningkatan O₂ oleh *Red Blood Cell* (RBC) menurun sehingga menimbulkan suatu

aliran darah keorgan fital dan jaringan menurun dimana O₂ dan nutrisi tidak ditrasport secara adekuat. Eritropoiesis yang meningkat dapat mengakibatkan terjadinya hyperplasia serta ekspansi pada sumsum tulang, sehingga timbul deformitas pada tulang. Efek lain dari anemia merupakan terjadi peningkatan suatu absorpsi zat besi dari saluran cerna yang menyebabkan terjadinya penumpukan zat besi berkisar 2-5 gram pertahun dalam tubuh. (Nurarif, 2015)

2.1.4 Klasifikasi

Thalassemia dapat dikelompokan berdasarkan jenis pada rantai hemoglobin (Hb) yang dapat mengalami gangguan terjadinya thalasemia α dan β. Berdasarkan dalam jumlah gen yang mengalami suatu gangguan. Menurut Hockenberry dan Wilson 2009 (dalam Ganis Indrianti 2011) bahwa thalasemia dapat diklasifikasikan menjadi :

1) *Thalassemia Trait (Minor)*

Thalassemia Trait atau minor ini merupakan suatu keadaan yang dapat terjadi pada diri seseorang yang sehat maupun orang yang menurunkan atau mewariskan *thalassemia* kepada anaknya. *Thalassemia* trait atau minor ini sudah ada ketika sejak lahir dan akan tetap ada pada penyandang seumur kehidupan ini. Penyandang sendiri tidak memerlukan adanya transfusi darah dalam kehidupannya.

2) *Thalassemia* Mayor (*Cooley's Anemi*)

Thalassemia jenis mayor ini sering disebut juga dengan *Cooley's Anemi*, *thalassemia* ini terjadi ketika kedua orangtua mempunyai sifat pembawa *thalassemia* (*carrier*). Anak-anak yang mengalami *thalassemia* mayor (*Colley's Anemi*) nampak normal pada saat lahir, tetapi akan mengalami kekurangan darah pada saat usia 3-18 bulan. Penyandang *thalassemia* mayor akan memerlukan transfusi darah secara berkala seumur kehidupannya dan akan meningkatkan usia kehidupannya hingga 10-20 tahun. Apabila penyandang tidak mengalami perawatan atau tidak dirawat hanya akan bertahan hidup sampai 5-6 tahun.

3) *Thalassemia* Intermedia

Thalassemia intermedia ini merupakan *thalassemia* pertengahan antara *thalassemia* minor dan mayor. Penyandang *thalassemia* intermedia ini dapat memungkinkan sebuah transfusi darah secara berkala, serta penyandang *thalassemia* intermedia ini dapat bertahan hidup sampai dengan dewasa.

2.1.5 Manifestasi Klinis

Pada penyandang *thalassemia*, menurut Nurarif (2015) akan ditemukan beberapa tanda dan gejala diantaranya :

1) *Thalassemia* Trait (Minor)

Pada penyandang *Thalassemia Trait* (Minor) akan dijumpai tanda gejala seperti, tampilan klinis normal,

splenomegaly dan hepatomegaly akan dijumpai pada sedikit penyandang, hyperplasia eritorid stiples ringan sampai pada sumsum tulang, bentuknya homozigot, terjadi anemia ringan, *Mean Corpuscular Volume* (MCV) rendah. Selanjutnya pada penyandang yang berpasangan harus dilakukanya pemeriksaan sejak dini. Karena pada *carrier* minor dari dua pasangan tersebut dapat menurunkan keturunan dengan *thalassemia* mayor. Anak yang memiliki usianya sudah cukup akan sering menemukan dengan memiliki perut yang buncit disebabkan oleh terjadinya pembesaran limpa dan hati (Hepatomegali) yang mudah teraba sehingga dapat menyebabkan aktivitas yang tidak efektif atau berkurang dan limpa yang membesar ini mudah terjadinya rupture akibat dari trauma ringan.

2) *Thalassemia* Mayor (*Cooley's Anemia*)

Pada penyandang *thalassemia* Mayor (*Cooley's Anemia*) akan dijumpai gejala klinik yang telah terlihat sejak usia anak kurang dari satu tahun, dengan tanda dan gejalanya seperti kekurangan darah pada saat usia 6 sampai 12 bulan sejalan dengan menurunnya kadar hemoglobin dalam darah, kekurangan darah yang berat disebabkan dengan adanya sel target serta sel darah merah yang berinti pada darah perifer, dan tidak memiliki kadar hemoglobin A dengan kadar hemoglobin yang rendah dengan jumlah 3 atau 4g%. Kemudian akan mengalami keputihan, lemah,

dan gangguan pertumbuhan fisik serta perkembangannya menjadi terhambat, splenomegaly, berat badan yang berkurang serta tidak dapat menjalani kehidupan tanpa transfusi.

3) *Thalassemia Intermedia*

Pada penyandang *thalassemia* intermedia tanda dan gejala yang muncul yaitu adanya kekurangan darah dengan bentuk heterozigot, dengan tingkat keperahannya diantara *thalassemia* minor dan mayor dengan terdapat adanya memproduksi sejumlah kecil hemoglobin A, dengan kekurangan darah agak berat ini dengan jumlah yaitu 7-9 g/dl dan splenomegaly serta tidak ketergantungan pada transfuse.

Terdapat tanda gejala yang khas dari penyandang thalasemia intermedia ini yaitu muka mongoloid seperti memiliki hidung pesek tanpa adanya pangkal hidung, jarak kedua mata melebar serta tulang dahi yang melebar, kulit kuning yang pucat, mengalami sering ditransfusi, serta kulit warna kelabu disebabkan adanya penumpukan zat besi.

2.1.6 Penatalaksanaan

Pengobatan untuk menyembuhkan *thalassemia* belum ditemukan, akan tetapi penatalaksanaan secara umum untuk penyakit thalasemia (Nurarif, 2015) yaitu :

- 1) Terapi atau pengobatan teratur dapat mempertahankan kadar hemoglobin diatas 10g/dl. Regimen hipertransfusi ini mempunyai

keunggulan klinis dapat terjadinya aktifitas secara biasa pada penyandang *thalassemia*, dapat mencegah terjadinya perluasan pada sumsum tulang dan masalah yang berhubungan dengan adanya perubahan pada tulang muka, serta meminimalkan terjadinya perubahan pada jantung serta *osteoporosis*.

- 2) Transfusi darah dengan memiliki dosis 15-20 ml/kg sel darah merah *Packed Red Cells* yaitu suatu modalitas terapi yang umum digunakan untuk mengobati kekurangan darah yang hanya membutuhkan komponen sel darah merah, hanya diperlukan pada waktu 4 sampai 5 minggu, sebelum dilakukan transfusi ada uji silang yang dikerjakan untuk mencegah terjadinya allomunisasi dan mencegah terjadinya reaksi transfusi. *Packed Red Cells* (PRC) bagus digunakan yang masih segar yaitu waktu kurang dari rentan 1 minggu dalam antikoagulan sitrat fosfat dekstrosa. dengan hati-hatian yang tinggi, adanya demam yang terjadi setelah transfusi dilakukan. Hal ini dapat diminimalkan adanya penggunaan eritrosit dari darah yang beku atau dengan penggunaan pilter leukosit, serta adanya pemberian antipiretik sebelum dilakukannya transfusi. Hemosiderosis merupakan terjadinya suatu transfusi jangka panjang, tidak dapat dihindari dikarenakan dari setiap 500 ml darah mengandung 200 mg besi ke jaringan yang tidak mampu dieksresikan oleh tubuh.

- 3) Siderosis miokardium merupakan suatu faktor penting yang menyebabkan kematian awal penyandang. Hemodirosis dapat dicegah dengan adanya pemberian paranteral obat pengelasi besi (*iron chelating drugs*) seperti deferoksamin untuk membentuk kompleks besi yang dapat dieksresikan melalui urin. Pemberian obat ini melalui subkutan dalam jangka waktu 8-12 jam dengan menggunakan pompa portable kecil, 5 atau 6 malam/minggu penyandang yang menerima pengobatan dapat mempertahankan kadar feritin serum kurang dari 1000 ng/mL yang dibawah nilai toksik. Komplikasi yang mematikan siderosis jantung dan hati dapat dicegah. Obat pengklasi zat besi per oral yang dapat efektif yaitu deferipron yang telah dibuktikan efektifpannya sama dengan obat deferoksamin.
- 4) Melakukan imunisasi pada penyandang *thalassemia* dengan pemberian berupa vaksin hepatitis B, influenza tipe B, serta vaksin polisakarida pneumokokus dan terapi profilaksis penisilin, serta cangkok pada sumsum tulang yaitu dengan melakukannya pencakokan sumsum tulang maka jaringan sumsum tulang penyandang diganti dengan jaringan sumsum tulang pendonor yang cocok, biasanya dilakukan dengan saudara kandung atau orang tua penyandang. Pencangkokan sumsum tulang yang dilaksanakan ketika sedini mungkin yaitu saat anak belum mengalami kelebihan kadar zat besi akibat dari transfusi darah,

karena dari transfusi darah akan memperbesar kemungkinan terjadinya penolakan dari jaringan sumsum tulang pendonor.

2.1.7 Komplikasi Lanjut *Thalassemia*

Komplikasi pada penyandang thalasemia menurut Malik et al, 2009 (dalam Syifa Nurmala 2017) akan mengalami beberapa komplikasi diantaranya :

1) Komplikasi Pada Jantung

Komplikasi pada jantung ini dimana terjadinya suatu kelainan jantung khususnya berada di sebelah kiri yaitu adanya kegagalan pada jantung kiri yang mengalami kontribusi kematian pada penyandang *thalassemia*. Pada penyakit jantung penyandang *thalassemia* sebagai manifestasi sebagai dari kardiomiopati hemosiderosis, adanya kegagalan jantung, hipertensi pulmonal, arithmia, terjadinya disfungsi pada sistolik atau diastolik, adanya efek pada perikardial, serta miokarditis atau perikarditis. Penyandang thalasemia sering mengalami penumpukan zat besi sehingga merupakan suatu faktor yang dapat berkontribusi terjadinya suatu kelainan pada jantung, selain itu ada juga fakto lain yang dapat mempengaruhi seperti faktor genetik, faktor imunologi, infeksi serta anemia kronik. Penyandang *thalassemia* mendapatkan suatu transfusi pertama kali tetapi tidak mendapatkan terapi klasik besi dapat menyebabkan terjadinya suatu penyakit jantung simptomatik.

2) Komplikasi Endokrin

Komplikasi endokrin ini merupakan sebuah insiden sangat tinggi terjadi suatu kelainan endokrin yang terjadi pada anak-anak, remaja, dan dewasa muda yang menyandang *thalassemia* mayor, kebanyakan komplikasi terjadi yaitu pada hypogonadotropik hipogonadisme. Kelenjar pituitari lobus anterior merupakan bagian area sangat sensitif terhadap banyaknya zat besi yang dapat menganggu terjadinya sekresi pada hormonal seperti disfungsi pada gonad. Selama masa pertumbuhan anak-anak akan mengalami suatu kondisi terjadinya anemia serta masalah pada endokrin. Masalah tersebut dapat mengurangi terjadinya pertumbuhan yang seharusnya cepat serta pergerakan menjadi lambat serta biasanya anak dengan *thalassemia* akan mengalami postur tubuh yang pendek. Selain itu ada juga faktor-faktor lain yang berperan seperti adanya infeksi, kurangnya nutrisi, terjadi malabsorbsi pada vitamin D, terjadinya defisiensi kalsium, terjadinya defisiensi zinc serta tembaga, rendahnya suatu level pada insulin seperti growth faktor-1 (IGF-1) dan IGF-binding protein-3 (IGFBP-3). Komplikasi endrokin lainnya yaitu intoleransi pada glukosa yang disebabkan oleh besi pada pancreas sehingga dapat terjadinya diabetes. Disfungsi pada kelenjar thyroid yang terjadi pada penyandang *thalassemia* dimana terjadinya hipothyroid suatu kasus yang sering kali dijumpai. Selain hipothyroid ada juga dari

kelainan pada endokrin yang ditemukan yaitu hipoparathyroid. Dimana hasil laboratorium ditemukan adanya suatu penurunan pada kadar serum kalsium, phosphate serta hormon parathyroid dimana kelainan ini dapat ditemukan ketika kehidupan memasuki dekade kedua.

3) Komplikasi Pada Metabolik

Komplikasi pada metabolik sering dijumpai pada penyandang *thalassemia* yaitu suatu rendahnya sumsum pada tulang diakibatkan oleh adanya hilang pubertas, terjadinya malnutrisi, disfungsi pada multiendokrin serta defisiensi dari vitamin D, kalsium dan zinc. Pada masa tulang dapat diukur dengan melihat *Bone Mineral Denisty* dengan menggunakan alat dual x-ray pada tiga tempat yaitu pada tulang belakang, femur serta lengan. Rendahnya *Bone Mineral Denisty* merupakan suatu terjadinya manifestasi pada kekeroposan tulang apabila score $<-2,5$ serta osteopeni dengan score -1 sampai -2.

4) Komplikasi Pada Hepar

Komplikasi pada hepar ini setelah keadaan dua tahun dari pemberian transfusi yang pertama kali adanya pembentukan pada kolagen serta fibrosis sehingga terjadi dampak adanya penumpukan zat besi yang berlebih pada hati. Penyakit hati sering muncul antara lain hepatomegali, adanya penurunan konsentrasi albumin, adanya peningkatan pada aktivitas asparat serta alanin transminase. Selain

itu, dapat menyebabkan timbulnya penyakit lain seperti Hepatitis B dan Hepatitis C yang diakibatkan dari transfusi darah.

5) Komplikasi Neurologi

Komplikasi neurologi ini pada penyandang *thalassemia* beta mayor yang disangkutkan pada faktor yaitu hipoksia kronis, ekspansi sumsum tulang, adanya kelebihan zat besi serta adanya dampak neurotoksi pemberian obat desferrioxamine.

2.1.8 Pencegahan *Thalassemia*

Pencegahan thalasemia dibagi menjadi 3 yaitu pencegahan primer, sekunder, dan tersier menurut Kemenkes RI, (2019) diantaranya yaitu :

1) Pencegahan Primer

Memberikan informasi serta edukasi kepada masyarakat guna untuk meningkatkan pengetahuan mengenai penyakit thalasemia dan cara pencegahan penyakit *thalassemia*. Edukasi ini tentang penyakit *thalassemia* yang bersifat genetik meliputi gejala awal, cara penyakit *thalassemia* diturunkan, serta cara pencegahannya.

2) Pencegahan Sekunder

Pencegahan sekunder ini salah satunya dengan adanya *skrining* atau penjaringan pada penyakit *thalassemia* diperuntukan untuk menjaring individu dengan "carrier" atau penyandang thalasemia pada suatu populasi daerah tersebut, lebih baik skrining

ini dilakukan ketika sebelum memiliki momongan atau anak, serta *skrining* ini mempunyai target utama yaitu penemuan *thalassemia* minor, mayor, intermedia thalasemia β dan Hb-E. *Skrining* dapat dilakukan disekolah, klinik dokter keluarga, klinik keluarga berencana, klinik antenatal, PUSKESMAS, saat pranikah, serta didaerah yang berisok tinggi (thalasemia belt atau sabuk thalasemia).

3) Pencegahan Tersier

Pencegahan tersier terhadap penyandang *thalassemia* yaitu mencegahnya supaya tidak terjadi komplikasi yang semakin memperberat keadaan kondisi kesehatannya, seperti dalam penatalaksanaan pada saat transfusi darah diusahakan agar tidak terjadi suatu penumpukan zat besi dimana terapi ini harus bisa dikuasi dengan baik oleh petugas kesehatan di rumah sakit yang bertujuan untuk mencegah terjadinya suatu kerusakan hati dan ginjal.

2.1.9 Dampak *Thalassemia* Terhadap Hubungan Sosial

Reaksi sosial penyandang *thalassemia* menunjukan dengan adanya perubahan pada peran sosial terkhusus pada saat perubahan dari masa anak-anak ke remaja dimana pada saat ini merupakan pertumbuhan dan berkembangan, serta suatu pencapaian pada jati diri. Dalam hambatan bersosial ini mengalami gangguan perkembangan diri, dan keyakinan diri terhadap masa depannya terhadap suatu penyakit.

Menciptakan kehidupan bersosial kembali pada penyandang *thalassemia* yaitu suatu aspek yang paling penting. Bentuk suatu sumber sosial yang membantu individu penyandang *thalassemia* dalam kehidupan sehari-harinya berupa dengan adanya pemberian berupa informasi, bantuan, penilaian serta dukungan emosional. (Mulyani & Adi, 2011)

2.1.10 Dampak *Thalassemia* Terhadap Lingkungan

Anak atau remaja dengan *thalassemia* akan memiliki kehidupan yang bergantung kepada keluarga, teman dan lingkungan yang disekitarnya akibat adanya keterbatasan sehingga terjadi keterbatasan dalam segala hal merupakan adanya suatu respon dari rasa sakit serta memiliki rasa trauma. (Boyse, 2011 dalam Syifa Nurmala, 2017). Selain itu, ada beberapa penyandang *thalassemia* yang akan mengalami suatu permasalahan baik secara psikis maupun fisik, karena akan kesulitan dilingkungan yang memiliki aktifitas fisik yang sangat besar, serta tidak memiliki teman dekat dilingkungannya, dan merasa akan diri terisolasi.

2.2 Konsep Remaja

2.2.1 Pengertian Remaja

Istilah dari *adolescence* atau remaja, seperti yang dipergunakan saat ini, mempunyai sebuah arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Awal masa remaja biasanya disebut sebagai usia belasan 11 atau 12 sampai remaja

usia 21 tahun (Hurlock, 2011) . *Adolescence* merupakan suatu periode dimana individu berubah menjadi matang secara fisik, psikis dan mendapatkan jati dirinya (Berman & Snyder, 2012)

Remaja menurut *World Health Organization* digolongkan melalui tiga kriteria yaitu biologis, psikologis, dan sosial ekonomi. Sehingga dapat ditarik kesimpulan remaja merupakan masa dimana individu berkembang dari pertama kali individu menunjukan tanda seksual sekundernya sampai mencapai kematangan bersosial. Individu yang mengalami kematangan dapat menyebabkan perkembangan pada psikologis serta pola identifikasi dari anak-anak menjadi dewasa. Serta individu mengalami suatu ketergantungan akan lebih mandiri. (Sarwono 2013)

2.2.2 Karakteristik Remaja

Karakteristik remaja dibagi menjadi delapan masa remaja yang harus diamati menurut Hurlock (1980), dalam Rochadi (2007) dalam Fujiati (2016) diantaranya :

1) Masa Remaja Sebagai Periode Terpenting

Dimasa periode ini merupakan periode penting karena akibat fisik dan akibat psikologi yang menyangkut pertumbuhan dan perkembangan. Pertumbuhan fisik yang cepat dan penting dibarengi dengan cepatnya perkembangan mental yang terjadi pada masa awal remaja.

2) Masa Remaja Sebagai Periode Transisi

Dimasa periode masa transisi atau perpindahan status individu menjadi kurang jelas karena adanya suatu keraguan peran yang dilakukan. Pada masa ini individu bukan lagi masa kanak-kanak atau orang dewasa.

3) Masa Remaja Sebagai Periode Perubahan

Dimasa periode ini banyak mengalami perubahan fisik yang terjadi pada diri individu serta dengan adanya perubahan sikap dan perilaku.

4) Masa Remaja Sebagai Masa Bermasalah

Dimasa periode ini remaja mengalami berbagai masalah yang terjadi serta sulit untuk diatasi.

5) Masa Remaja Sebagai Masa Mencari Identitas

Dimasa ini remaja akan mencari identitas diri dimana identitas diri ini merupakan suatu usaha untuk menjelaskan siapa dirinya dan apa perannya dalam masyarakat. Salah satu untuk menggambarkan siapa dirinya seperti pakaian, gaya, jenis kendaraan dan lain-lain.

6) Masa Remaja Sebagai Usia Yang Menimbulkan Ketakutan

Dimasa ini banyak berbagai anggapan bahwa masa remaja merupakan masa yang bernilai, akan tetapi banyak yang menjadikan suatu bernilai negatif.

7) Masa Remaja Sebagai Masa Yang Tidak Realistik

Dimasa ini remaja melihat dirinya dan orang lain seperti yang diinginkannya dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal cita-cita. Hal ini dapat menyebabkan meningginya suatu emosi terutama pada saat awal remaja.

8) Masa Remaja Sebagai Ambang Masa Dewasa

Dimasa ini remaja akan mengalami gelisah untuk meninggalkan masa remaja belasan tahun dan akan menciptakan kesan bahwa dirinya akan beranjak dewasa, seperti merokok, minum-minuman keras, menggunakan obat-obatan terlarang serta dapat menyimpang dalam hal seksual.

2.2.3 Perkembangan Remaja

Masa remaja merupakan masa dimana terjadinya suatu transisi atau peralihan dari kanak-kanak menjadi dewasa, banyak perubahan seperti adanya perubahan secara fisik yang merupakan suatu gejala primer dari pertumbuhan pada remaja. Sedangkan pada perubahan psikologis akan muncul akibat dari adanya perubahan fisik pada remaja.

(Sarwono, 2013)

Masa remaja merupakan suatu pertumbuhan dengan adanya perubahan secara dramatis dalam ukuran dan proporsi tubuh. Cepat dan besarnya suatu perubahan menempati urutan kedua dari cepat dan besarnya. Selama masa perubahan ini, karakteristik seksual mulai terbentuk dan kematangan organ reproduksi mulai tercapai. Usia dan

durasi pada perubahan fisiologi sangat beragam dari setiap individu ke individu lainnya. (Teri Kyle & Susan Carman, 2014)

Perubahan pada biologis merupakan suatu percepatan pada pertumbuhan, perubahan hormonal, serta adanya kematangan seksual yang dibarengi adanya puber baik laki-laki atau perempuan (Santrock, 2011). Perubahan fisik pada remaja sangat berpengaruh besar terhadap perkembangan jiwa remaja dengan adanya pertumbuhan pada tinggi badan serta berat badan, berfungsinya alat reproduksi, dan adanya tanda-tanda seksual sekunder yang tumbuh. (Sarwono, 2013)

Perubahan pada kognitif terjadi selama masa peralihan atau peralihan dari masa kanak-kanak ke masa remaja dimana adanya peningkatan cara dalam berpikir secara abstrak, idealis, dan logis. Remaja akan mulai berpikir secara lebih egosentrис. Dalam hal menanggapi perubahan kognitif ini orang tua memberikan lebih tanggung jawab supaya remaja bisa mengambil keputusan yang telah diambilnya. (Santrock, 2011)

Perubahan sosio emosional yang dialami remaja yaitu dimana remaja mencari jati dirinya, merupakan suatu kebebasan ketika sedang mengalami masalah dengan orang tua, serta memiliki rasa ingin bersama dengan teman sebayanya. Suatu percakapan dengan teman lebih banyak terbukaan satu sama lain. Ketika anak-anak ke masa remaja akan mengalami kematangan seksual dimana terjadinya suatu ketertarikan dengan lawan jenis, remaja akan mengalami suatu

perubahan mood yang sangat besar dari pada saat masa anak-anak (Santrock 2011).

Ada beberapa tugas perkembangan remaja menurut Santrock :

1. Suatu pencapaian kemampuan bersosialisasi dengan masyarakat atau teman sebaya.
2. Bisa menerima perubahan fisik dan bisa menjaga tubuh secara efektif.
3. Bisa mencapai suatu kemandirian emosional dari orang tua maupun dari orang dewasa lainnya.
4. Memperoleh seperangkat nilai dan sistem etika dalam berperilaku.

2.2.4 Konsep Diri Remaja

Masa remaja merupakan suatu masa yang potensial dalam mengembangkan konsep diri, dimana konsep diri pada masa remaja ini memiliki peranan penting pada remaja hal tersebut merupakan salah satu bukti keberhasilan remaja. Banyak kondisi yang terjadi pada kehidupan remaja yang turut membentuk pola kepribadian melalui pengaruhnya konsep diri. (Harlock, 2011)

Ada beberapa kondisi yang dapat mempengaruhi pada konsep diri atau harga diri remaja (Hurlock, 2011), yaitu :

1. Usia kematangan

Remaja yang sudah matang lebih awal, yang diperlakukan seperti orang yang hampir dewasa, mengembangkan konsep diri yang menyenangkan sehingga dapat menyesuaikan diri dengan

baik. Remaja yang terlambat usia matang, yang diperlakukan seperti anak-anak, merasa salah dimengerti dan bernasib kurang baik sehingga cenderung berprilaku kurang dapat menyesuaikan diri.

2. Penampilan diri

Penampilan yang berbeda akan membuat remaja merasa rendah diri meskipun perbedaan yang ada menambah daya tarik fisik. Setiap terdapat cacat fisik merupakan suatu sumber yang memalukan yang mengakibatkan perasaan rendah diri.

3. Kepatutan seks

Kepatutan seks dalam suatu penampilan diri, minat, dan perilaku membantu remaja untuk mencapai konsep diri yang baik. Ketidakpatutan seks membuat remaja akan sadar diri dan hal ini akan memberikan akibat buruk pada perilakunya.

4. Nama dan julukan

Masa remaja peka serta malu ketika teman-teman sekelompoknya menilai mengenai namanya buruk atau memberikan nama julukan yang bernada cemoohan.

5. Hubungan keluarga

Seorang remaja yang mempunyai hubungan erat dengan seorang anggota keluarga akan mengidentifikasi terhadap dirinya dan ingin mengembangkan pola kepribadian yang sama.

6. Teman – teman sebaya

Teman-teman sebaya dapat mempengaruhi pola kepribadian remaja. Konsep diri remaja merupakan cerminan dari anggapan tentang konsep teman-teman tentang dirinya.

7. Kreativitas

Remaja yang kreatif dalam bermain serta dalam tugas-tugas akademis, mengembangkan suatu perasaan individualitas dari identitas yang memberi pengaruh yang baik pada konsep diri.

8. Cita-cita

Remaja yang mempunyai suatu cita-cita yang tidak realistik akan mengalami suatu kegagalan. Hal ini akan menimbulkan perasaan tidak mampu dan reaksi-reaksi bertahan dimana akan menyalahkan orang lain atas kegagalannya. Remaja yang realistik tentang kemampuan yang dimilikinya akan mengalami suatu keberhasilan dari pada kegagalan.

2.3 Konsep Harga Diri

2.3.1 Pengertian Harga Diri

Harga diri berasal dari dua sumber yaitu diri sendiri atau individu dan orang lain. Harga diri merupakan suatu fungsi utama dalam kehidupan dari mulai dicintai, dan mendapatkan suatu rasa hormat dari orang lain terhadap dirinya. Harga diri akan turun ketika tidak mengalami rasa dicintai lagi dan ketika individu gagal dalam menerima sutau masukan atau pengakuan dari orang lain dan

sebaliknya suatu perasaan meningkat ketika rasa cinta diterima kembali oleh orang lain atau masyarakat, serta ketika seseorang bertepuk tangan dan memuji terhadap apa yang dilakukan oleh individu ketika berhasil melakukan sesuatu. Harga diri tinggi merupakan perasaan penerimaan diri terhadap individu yang begitu besar tanpa adanya syarat tertentu, meskipun salah dalam melakukan hal sesuatu seperti gagal dan kalah, serta sebagai pembawaan yang berharga dan penting. Harga diri juga melibatkan penerimaan rasa tanggung jawab penuh sebagai kehidupan sendiri. (Stuart, 2016)

Harga diri mengalami peningkatan seiring bertambahnya usia dan paling terancam selama masa remaja, dimana konsep diri sedang dalam proses perubahan akan banyak terjadi suatu keputusan diri yang akan dilakukan, remaja harus memilih jalur karir dan memutuskan apakah remaja akan cukup baik dan berhasil dalam keputusannya. Remaja juga harus bisa berpartisipasi atau diterima dalam berbagai kegiatan sosial. Remaja dalam rentang ini dapat mengalami suatu gangguan harga diri dimana ketika remaja mengambil keputusan yang salah dan tidak diterima oleh lingkungannya. (Stuart, 2016)

Harga diri merupakan bagian dari kebutuhan penting manusia dan memiliki penilaian pribadi terhadap hasil yang dicapai. Menurut (Maslow) harga diri yaitu perasaan individu mengenai nilai, manfaat dan kefektifan dirinya, dalam pandangan seseorang tentang dirinya secara keseluruhan berupa penilaian positif atau negatif, “*Most of the*

time I feel really good about myself". Harga diri dapat diperoleh dari diri sendiri atau orang lain yang mencintai, mendapatkan suatu perhatian, dan respek dari orang lain kepada individu. (Farida Kusumawati, 2010)

2.3.2 Klasifikasi Harga Diri

Menurut Budi Anna Keliat dan Jesika Pasaribu (2016) harga diri dapat diklasifikasikan menjadi dua, diantaranya yaitu :

1) Harga Diri Tinggi

Individu dengan memiliki harga diri yang tinggi merasa layak untuk memiliki rada dihormati oleh orang lain serta merasa memiliki jiwa yang bermartabat, memiliki percaya diri dalam penilaian diri individu, dan memiliki pendekatan kehidupan penuh dengan rasa semangat.

2) Harga Diri Rendah

Harga diri rendah merupakan suatu evaluasi diri yang negatif berhubungan dengan perasaan diri yang lemah, putus asa, tak berdaya, mengalami ketakutan dan merasa tidak berharaga lagi. Harga diri rendah dapat berperan besar dengan terjadinya suatu depresi pada individu. Respon depresi menunjukkan suatu penolakan dan kebencian pada dirinya yang dinyatakan dengan cara langsung dan tidak langsung. Berprilaku langsung dapat ditunjukan dengan adanya kritikan diri, pengecilan diri, perasaan bersalah, rasa khwatir, menepis kesenangan diri, menunda-nunda keputusan, menarik diri

dari realitas, merusak diri dan merusak lainnya. Sedangkan dengan perilaku tidak langsung seperti terjadinya ilusi, memiliki rasa kelebihan diri, kebosanan dan pandangan polarisasi dari hidup.

Menurut Bermen & Kozaier (2009) bahwa harga diri juga ada yang sedang dimana seseorang dengan harga diri sedang, akan menilai kemampuan dan keberartian dirinya secara positif individu memandang dirinya lebih baik dari kebanyakan orang pada umumnya tetapi juga tidak terlalu percaya diri, individu dengan harga diri sedang akan lebih aktif dalam mencari pengalaman sosial yang akan meningkatkan penampilan dirinya di lingkungan sosial. (Savitri & Hatati, 2018)

2.3.3 Ciri-Ciri Harga Diri

Ciri-ciri harga diri terhadap individu menurut Coopersmith (1967) dalam Warjono (2018) sesuai dengan tingkat harga diri, yaitu:

- 1) Harga Diri Tinggi
 - a. Dapat mengontrol diri terhadap dunia luar yang negatif dan dapat menerima saran atau kritikan dengan baik .
 - b. Menganggap bahwa diri sendiri merupakan orang yang berharga dan setara dengan orang lain yang sebaya dengan dirinya, serta dapat menghargai orang lain.
 - c. Berhasil atau berprestasi dibidang akademik maupun non akademik, serta dapat mengekspresikan dirinya dengan baik.

- d. Menyukai tugas baru dan tantangan serta tidak cepat mengalami kebingungan dalam melakukan sesuatu yang sulit dan berjalan dengan sesuai rencana.
- e. Memiliki norma dan nilai-nilai, serta sikap yang bersifat demokratis.
- f. Tidak menganggap lebih dirinya sempurna, akan tetapi tahu dalam keterbatasan diri dan berharap adanya suatu pembelajaran dalam pertumbuhan dirinya.
- g. Memiliki kebahagiaan dan efektif dalam menghadapi berbagai tuntutan dari lingkungan sekitarnya.

2) Harga Diri Rendah

- a. Memiliki anggapan bahwa dirinya tidak berharga dan tidak sesuai dengan yang diinginkan, sehingga memiliki ketakutan akan kegagalan untuk melakukan sesuatu yang berhubungan dengan lingkungan sosial. Hal ini dapat menyebabkan terjadinya individu memiliki harga diri yang rendah seperti menolak akan dirinya sendiri dan memiliki ketidak puasan terhadap dirinya sendiri.
- b. Memiliki kesulitan dalam mengontrol tindakan dan prilakunya terhadap dunia luar dan memiliki kekurangan dalam menerima saran atau masukan dan kritikan dari orang lain terhadap dirinya.

- c. Memiliki ketidak sukaan terhadap segala hal sesuatu baik tugas yang baru, sehingga terjadi kesulitan dalam hal menyesuaikan diri dengan segala sesuatu yang belum jelas baginya.
- d. Memiliki ketidak yakinan terhadap pendapat dan kemampuan diri sendiri sehingga terjadi kurangnya berhasil dalam prestasi akademis maupun non akademis, serta kurangnya mengekspresikan dirinya dengan baik.
- e. Memiliki anggapan bahwa dirinya kurang sempurna dan segala sesuatu yang diperbuat atau dikerjakan akan selalu mendapatkan hasil yang gagal ataupun buruk.

2.3.4 Pengukuran Pada Harga Diri

Pengukuran pada harga diri yang banyak digunakan oleh peneliti yaitu menggunakan skala *Rosenberg* dan *Coopersmith*. Skala ukuran harga diri menurut *Rosenberg* terdiri dari 10 item pernyataan yang mengukur secara umum untuk penilaian diri sendiri secara positif maupun negatif. Skala *Rosenberg* ini untuk dalam versi bahasa indonesia menggunakan 5 poin untuk pemilihan yaitu untuk pertanyaan *favourable* sangat tidak setuju (0), tidak setuju (1), tidak menentukan setuju atau tidak setuju (2), setuju (3), sangat setuju (4), sedangkan untuk pertanyaan *unfavourable* sangat tidak setuju (4), tidak setuju (3), tidak menentukan setuju atau tidak setuju (2), setuju (1), sangat setuju (0), dengan nilai skor ≤ 20 dikatakan memiliki

harga diri rendah, sedangkan nilai skor ≥ 20 termasuk dalam harga diri tinggi. Sedangkan kuesioner harga diri *Coopersmith* terdiri dari 50 item pertanyaan yang disesuaikan dengan kesadaran diri. Cara menjawab pertanyaan dengan memilih antara dua pilihan yaitu seperti saya atau tidak seperti saya, kemudian menjumlahkan seluruh skor (*Coopersmith*, 1967). Pengukuran harga diri pada penelitian ini menggunakan skala harga diri Rosenberg (Azwar, 2009 dalam Riski Indra Irawati, 2016).

2.3.5 Aspek Harga Diri

Harga diri individu memiliki empat aspek menurut *Coopersmith* (dalam Ratih dan Hedi, 2018), diantaranya yaitu :

1) *Power* (Kekuatan)

Power (Kekuatan) ini merupakan suatu kemampuan individu untuk bisa mengontrol atau mengatur tingkah laku sendiri. Suatu kesuksesan dalam melakukan kekuatan ini diukur dengan adanya kemampuan pada individu dalam melakukan arah tindakannya dengan cara mengendalikan prilakunya sendiri dan orang lain. Kekuatan ini meliputi penerimaan, perhatian, dan memiliki perasaan terhadap orang lain.

2) *Significance* (Keberartian)

Memiliki sesuatu penerimaan serta kasih sayang dari orang lain terhadap diri individu. Adanya penerimaan serta perhatian ditandai dengan memiliki rasa kehangatan, tanggapan

serta rasa suka terhadap individu. Penerimaan serta perhatian ini nampak sebagai dorongan dan motivasi ketika individu mengalami suatu kesulitan, hal tersebut merupakan suatu penghargaan dan minat dari orang lain sebagai pertanda penerimaan dan perhatian.

3) *Virtue* (Kebajikan)

Virtue (Kebajikan) ini memiliki suatu ketaatan individu terhadap standar yang ada di masyarakat seperti moral, etika, dan prinsip-prinsip keagamaan untuk menjauhi tingkah laku yang dilarang dan melakukan tingkah laku yang diperbolehkan oleh moral, etika, dan agama yang ada dilingkungan sekitarnya.

4) *Competence* (Kompetensi)

Memiliki suatu keberhasilan ketika individu bisa mencapai suatu prestasi pada inividu sesuai dengan tuntutan, baik yang bertujuan atau cita-cita, baik juga secara pribadi, maupun yang berasal dari lingkungan sosial atau sekitarnya. Serta sukses dalam melakukan suatu pekerjaan dengan baik dari level yang tinggi dan usia yang berbeda.

Sedangkan menurut Rosenberg (dalam Warjono, 2018) memiliki tiga aspek harga diri pada setiap seseorang, yaitu :

1) *Physical Self Estem*

Aspek ini merupakan yang berhubungan dengan keadaan tubuh yang dimiliki oleh individu. Apakah dari

individu menerima tentang keadaan tubuhnya atau adanya beberapa bagian tubuh yang ingin dirubah oleh individu.

2) *Social Self Esteem*

Aspek ini merupakan yang berhubungan dengan kemampuan individu dalam bersosialisasi. Apakah dari individu adanya pembatasan dalam hal bersosialisasi dengan orang lain untuk menjadi temannya atau menerima semua orang sebagai teman. Aspek ini tidak hanya untuk mengukur bersosialisasi melainkan aspek ini juga untuk mengukur kemampuan individu dalam berkomunikasi dengan orang lain di sekitar lingkungannya.

3) *Performance Self Esteem*

Aspek ini berhubungan dengan adanya kemampuan dan prestasi individu. Apakah individu puas dan merasa akan percaya diri dengan kemampuan yang ada pada dirinya atau malah sebaliknya. Individu yang memiliki kemampuan penerimaan diri yang baik akan menyesuaikan keadaan emosional dengan keadaan yang sebernya akan dihadapi, serta akan memiliki suatu keyakinan kuat tentang kemampuan yang dimilikinya, sehingga memandang dirinya berharga dan mampu menerima kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya.

2.3.6 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Harga Diri

Menurut Kozier & Berman 2009 (dalam Savitri 2018)

faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri seseorang diantaranya yaitu:

- 1) Orang yang berarti atau penting

Seseorang yang berarti merupakan individu atau kelompok yang memiliki peranan penting dengan perkembangan harga diri selama dalam tahap kehidupan berlangsung. Seseorang yang berarti untuk meningkatkan harga diri seperti orang tua, saudara kandung, teman sebaya, guru dan sebagainya. Adanya interaksi sosial dengan orang yang berarti dan akan memiliki umpan balik atau *feedback* tentang perasaan, penerimaan, dicintai dan disayangi oleh orang lain terhadap dirinya.

- 2) Harapan akan peran sosial

Seseorang sangat dipengaruhi oleh harapan masyarakat umum yang berkenan dengan peran serta kemampuannya. Masyarakat yang besar dan masyarakat yang kecil memiliki berbeda mengenai keharusnya dalam memenuhi suatu peran sosial. Dalam harapan peran sosial ini ada perbedaan menurut usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, etnis, serta identifikasi karir.

3) Memiliki sebuah gaya menanggulangi masalah

Sebuah strategi yang dipilih individu untuk menanggulangi masalah yang mengakibatkan stres merupakan suatu hal yang penting untuk menentukan suatu keberhasilan individu dalam beradaptasi pada sebuah situasi, serta bisa menentukan sebuah harga diri apakah harga diri dipertahankan, meningkat, atau menurun.

4) Krisis setiap perkembangan

Dalam menghadapi suatu perkembangan pada individu mengalami krisis disetiap perkembangannya, ketika individu gagal dalam menyelesaikan krisis tersebut dapat terjadi suatu masalah dalam diri, seperti konsep diri dan harga dirinya.

2.3.7 Dampak Harga Diri

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 disekitarnya. Dengan demikian harga diri merupakan salah satu elemen penting bagi pembentukan konsep diri seseorang, dan akan berdampak luas pada sikap dan perilakunya. Harga diri akan berdampak jika mengalami suatu kegagalan dalam mencapai tujuan, maka akan mengakibatkan suatu terjadinya harga diri yang rendah. Harga diri rendah merupakan suatu perasaan negatif terhadap diri sendiri, hilangnya kepercayaan

diri, dan gagal mencapai tujuan yang diekspresikan secara langsung maupun tidak langsung. Harga diri yang rendah dapat beresiko tejadinya suatu depresi, isolasi sosial : menarik diri, isolasi sosial merupakan gangguan kepribadian yang dapat mengganggu fungsi seseorang dalam hubungan sosial. (Stuart, 2016)

2.4 Konsep Dukungan Sosial

2.4.1 Pengertian Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan suatu yang dapat digunakan untuk menjelaskan tentang bagaimana adanya suatu hubungan sosial yang mampu memberikan berupa sumbangan yang dapat bermanfaat untuk kesehatan mental atau kesehatan fisik individu. (Maslikhah, 2011)

Dukungan sosial sangat membantu dalam segala hal sesuatu permasalahan yang terjadi didiri individu seperti memiliki kekhawatiran yang tinggi, serta berbagi pengalaman dan informasi satu sama lain. Dukungan sosial dapat diartikan sebagai adanya kenyamanan, perhatian, penghargaan, dan adanya suatu bantuan yang dirasakan oleh individu dari lingkungan sekitar atau dari suatu kelompok organisasi. (Sarafino dan Smith, 2012, dalam Fajri & Rahayu, 2019)

2.4.2 Jenis Dukungan Sosial

Dukungan sosial dapat diartikan dalam berbagai jenis dan bentuk. Menurut House (Smet, 1994, dalam Marni & Yuniawati, 2015) bahwa jenis tentang dukungan sosial diantaranya yaitu :

1) Dukungan Penghargaan

Dukungan penghargaan ini merupakan dukungan melalui suatu penghargaan ataupun penilaian positif terhadap orang lain, seperti memberikan semangat, memberikan persetujuan atas ide-idenya atau pendapat orang lain, serta melakukan adanya suatu perbandingan secara positif terhadap orang lain.

2) Dukungan Emosional

Dukungan emosional ini merupakan dukungan berbentuk ungkapan seperti ungkapan empati, perhatian dan kepedulian terhadap individu yang bersangkutan.

3) Dukungan Instrumental

Dukungan instrumental ini merupakan sebuah cakupan langsung, seperti adanya memberikan pinjaman berupa uang, serta adanya pertolongan langsung ketika mengalami suatu masalah.

4) Dukungan Informatif

Dukungan informatif ini merupakan suatu cakupan dalam pemberian bantuan informasi berupa nasihat-nasihat, petunjuk, serta saran.

Sedangkan dukungan sosial juga ada yang membagi kedalam lima jenis dan bentuk menurut Sarafino (Huda, 2012) diantaranya yaitu:

1) Dukungan Emosional

Merupakan suatu dukungan yang berbentuk perhatian, kepercayaan, serta perasaan merasa didengarkan. Dukungan emosional ini dapat membuat individu merasa dirinya diterima, dipahami kerberaan dan keadaanya.

2) Dukungan Penghargaan

Merupakan suatu dukungan berupa penilaian yang positif dari individu dengan individu lain. Jenis dukungan ini dapat membantu individu dimana ketika merasakan dirinya diterima, dipahami keberadaan dan keadaanya.

3) Dukungan Instrumental

Merupakan suatu dukungan berbentuk dukungan yang diberikan secara langsung kepada individu seperti benda, jasa, waktu atau uang. Dukungan instrumental dapat memberikan bantuan kepada individu dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

4) Dukungan Informasional

Merupakan suatu dukungan yang dapat mengatasi masalahnya dengan adanya penambahan suatu gagasan yang lebih luas serta dapat memberikan pemahaman kepada individu terhadap masalah yang dihadapinya, serta dukungan informasional ini dapat

memberikan suatu arahan yang bertindak dan inspirasi dalam menghadapi sesuatu.

5) Dukungan Dari Kelompok Sosial

Merupakan dukungan jaringan sosial yang merupakan suatu perasaan dalam keanggotaan suatu kelompok, dimana untuk saling memberikan kesenangan serta aktivitas sosial. Sehingga individu merasa memiliki orang yang sama dengannya.

2.4.3 Faktor-Faktor Dukungan Sosial

Faktor yang dukungan sosial dibagi menjadi dua yaitu faktor internal dan eksternal, diantaranya yaitu :

1) Faktor internal

Faktor internal ini merupakan faktor yang berasal dari dalam diri individu, faktor internal dibagi menjadi dua (Rokhmatika & Darminto, 2013) yaitu :

- a. Persepsi merupakan suatu pandangan individu terhadap tindakan yang dilakukan seperti menerima dukungan sosial dari orang lain terhadap dirinya.
- b. Pengalaman merupakan suatu yang terjadi secara sadar apa yang telah dilalui oleh individu pada suatu peristiwa tertentu.

2) Faktor eksternal

Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri individu yang dapat mempengaruhi kehidupan sosialnya,

seperti orang tua, keluarga, teman sebaya, teman kerja, serta pasangan. (Brown, 2018)

2.4.4 Sumber Dukungan Sosial

Dukungan sosial didapatkan dalam kehidupan sehari-hari dimana pemberian dukungan sosial menjadi suatu hal yang sangat penting. Dukungan sosial sendiri dapat diperoleh dari mana saja seperti dari keluarga, teman sebaya, dan orang-orang disekitar lingkungannya, serta kelompok organisasi. (Sarafino & Smith, 2012)

Sumber dukungan sosial juga yang didapat individu dibagi menjadi beberapa sumber menurut Rosenfeld, dkk (2000) dalam Nur Jannah (2018), yaitu :

- 1) Kedua Orang tua, merupakan sumber utama dalam dukungan sosial bagi individu yang dimana dukungan sosial ini tidak menghakimi individu, namun lebih kepada dukungan yang bersedia untuk mendengarkan, memberikan dukungan emosional, memberikan suatu penegasan, serta bantuan pribadi. Dukungan emosional yang dimaksud ini dimana orang tua memberikan rasa yamanan, kepedulian, serta dukungan untuk selalu berada disisi individu untuk memberikan dukungan.
- 2) Teman Sebaya, merupakan dukungan sosial yang dianggap memiliki suatu peranan paling dekat dengan lingkungan individu. Dukungan sosial yang dapat diberikan oleh teman sebaya lebih kepada dukungan emosional, dimana dukungan emosional ini

dapat meningkatkan efikasi diri individu yang lebih mampu menyelesaikan suatu permasalahan yang dihadapi individu.

- 3) Pendidik, merupakan salah satu dukungan sosial bagi individu dalam lingkup pendidikan. Pendidik atau pengajar dapat memberikan dukungan sosial kepada individu dalam bentuk dukungan emosional serta dukungan penghargaan, yang dimaksud dukungan penghargaan yaitu adanya pengakuan serta mampu menghargai segala sesuatu yang telah dilakukan oleh individu.

2.4.5 Dukungan Sosial Teman Sebaya

Dukungan sosial teman sebaya merupakan suatu dukungan dengan adanya ikatan sosial dimasyarakat dan disekitarnya, dukungan sosial ini juga adanya suatu transaksi interpersonal yang ditujukan dengan adanya pemberian bantuan kepada individu yaitu materi, emosi, serta informasi yang dapat berpengaruh terhadap kesejahteraan manusia. (Camara, Bacigalupe & Patricia, 2014 dalam Sifa, 2018)

Dukungan sosial teman sebaya merupakan suatu dukungan yang sangat berpengaruh bagi anak dan remaja, dimana yang dimaksud teman sebaya ini yang memiliki umur relatif sama, jenis kelamin, pendidikan relatif sama, serta minat dan cita-cita yang relatif sama. Dimana dukungan sosial mengacu pada suatu kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan yang diterima oleh individu dari individu lainnya atau kelompok. (Sarafino, 2002, dalam Tamidi & Rambe, 2010). Dalam dukungan teman sebaya ini menurut

(Sarafino 2002, dalam Tarmidi & Rambe, 2010) membagi menjadi beberapa dimensi dukungan diantaranya, dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informatif, dukungan penghargaan, serta dukungan jaringan sosial.

Teman sebaya atau *press* merupakan anak dengan tingkat kematangan atau tingkat usia yang kurang lebih sama. Masa remaja kedekatan hubungan dengan teman sebaya meningkat drastis, dan pada saat bersamaan kedekatan hubungan remaja dengan orang tua menurun secara drastis, dimana adanya suatu perkembangan pada perubahan sosio emosional yang dialami remaja yaitu dimana remaja mencari jati dirinya, merupakan suatu kebebasan ketika sedang mengalami konflik dengan orang tua, dan memiliki keinginan untuk menghabiskan waktu dengan teman sebayanya (Santrock, 2011).. Menurut Hurlock, (2003) (dalam Fujiati, 2016) karena remaja lebih banyak berada diluar rumah bersama dengan teman-teman sebayanya sebagai suatu kelompok, yang berpengaruh dalam sikap, pembicaraan, minat, penampilan dan perilaku.

2.4.6 Pengukuran Dukungan Sosial Teman Sebaya

Pengukuran dukungan sosial teman sebaya merupakan salah satu dari bagian dukungan sosial secara umum yang dimana dukungan sendiri bisa datang dari keluarga, teman sebaya, dan orang-orang disekitar lingkungannya, serta kelompok organisasi. Individu yang mendapatkan suatu dukungan sosial akan memiliki rasa percaya bahwa dirinya dicintai,

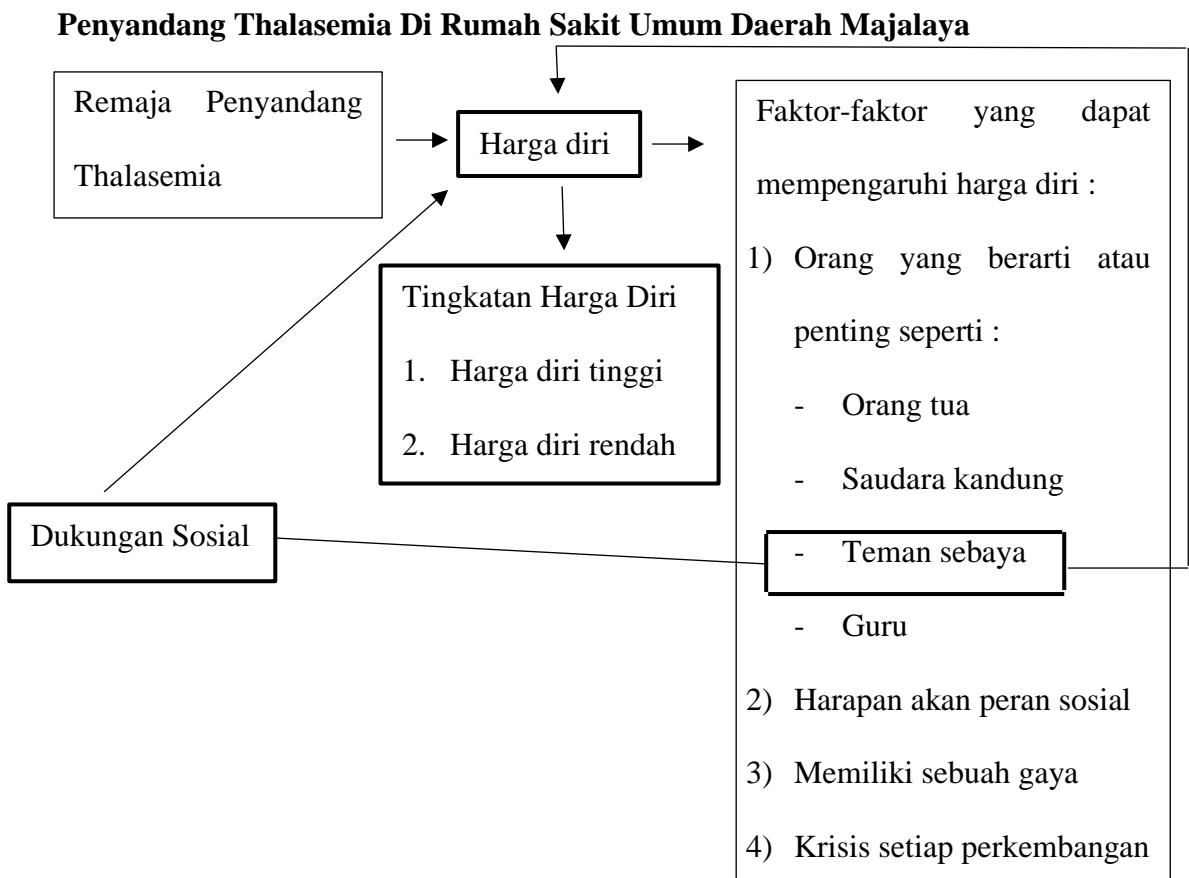
dihargai, serta menjadi suatu bagian dari jaringan sosial, seperti keluarga atau organisasi yang ada dimasyarakat yang bisa membantu pada saat dibutuhkan. (Sarafino, 2002 dalam Tamidi & Rambe, 2010)

Alat ukur yang digunakan skala dukungan sosial teman sebaya yang berdasarkan aspek dukungan sosial yaitu, dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informatif, dukungan penghargaan, serta dukungan jaringan sosial. Alat ukur ini berjumlah 20 item, skala tersebut menggunakan skala likert yang terdiri dari dua kategori yaitu *favorable* dan *unfavorable*, skala ini menggunakan 4 poin yaitu *favorable* sangat setuju (4), setuju (3), tidak setuju (2), serta sangat tidak setuju (1), sedangkan *unfavorable* sangat setuju (1), setuju (2), tidak setuju (3), dan sangat tidak setuju (4). Semakin tinggi total skor yang diperoleh responden pada skala dukungan sosial teman sebaya, maka akan semakin tinggi pula dukungan sosial teman sebaya yang didapatkan responden. Sebaliknya semakin rendah total skor yang diperoleh responden pada skala dukungan sosial teman sebaya, maka semakin rendah pula dukungan sosial teman sebaya yang diterima responden. Sarafino (2002) dalam Tamidi & Rambe, 2010)

2.5 Kerangaka Konseptual

Bagan 2.1

Hubungan Dukungan Sosial : Teman Sebaya Dengan Harga Diri Remaja



Sumber : Nurarif (2015), Kozier & Berman 2009 (dalam Savitri 2018),

Rokhmatika & Darminto (2013), Brown (2018).