

EFEK DUKUNGAN EMOSIONAL KELUARGA PADA HARGA DIRI REMAJA: PILOT STUDY

Mara Imbang S. Hasiolan^{1*}, Sutejo²

1. PSIK FKIK, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Yogyakarta55183, Indonesia
2. Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Yogyakarta 55183, Indonesia

*E-mail: mara_imbang@yahoo.com

Abstrak

Dukungan emosional keluarga berupa perhatian, kepercayaan, empati dan kepedulian pada remaja, bisa membuat remaja merasa diperhatikan, dicintai, nyaman, dan dihargai. Dampaknya terhadap pembentukan harga diri remaja yaitu pendirian yang kuat, sikap optimis, dan percaya diri. Tujuan penelitian untuk mengidentifikasi efek dukungan emosional keluarga pada harga diri remaja. Desain penelitian korelasi dengan potong lintang. Sampel penelitian 31 responden, dengan analisis uji *Spearman Rank*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat efek dukungan emosional keluarga pada harga diri remaja ($p= 0,002$). Rekomendasi penelitian ini diharapkan remaja tetap mempertahankan hubungan dengan keluarga dan kualitas harga diri.

Kata kunci: dukungan emosional, harga diri, keluarga, remaja

Abstract

The Effect of Family Emotional Support on Teenager's Self-Esteem. Family emotional support in the form of attention, trust, empathy, and concern in adolescents, can make teenagers feel cared for, loved, comfortable and appreciated. The impact on the formation of adolescent self-esteem that is the establishment of a strong, optimistic attitude, and confidence. The aim of research to identify the effects of emotional support for the family on adolescent self-esteem. Design correlation with cross sectional study. The research sample 31 respondents, with analysis of Spearman Rank test. The results showed there were effects on the family emotional support adolescent self-esteem ($p= 0,002$). Recommendations of this study are expected to adolescents retaining relationships with family and the quality of self-esteem.

Keywords: emotional support, family, self-esteem, teenager

Pendahuluan

Masa remaja adalah periode perkembangan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, biasanya antara usia 13 sampai 21 tahun (Potter & Perry, 2005), yang memiliki kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik (Hurlock, 2004). Menurut Wong (2009), remaja merupakan suatu periode transisi dari anak-anak menjadi dewasa dan pada masa ini terjadi perubahan psikososial, kognitif, moral, spiritual, dan sosial. Kesimpulannya remaja merupakan masa transisi dari anak-anak ke dewasa yang mengalami perubahan fisik dan psikososial.

Perubahan fisik dan psikososial memengaruhi cara pandang remaja terhadap dirinya yang dikenal dengan konsep diri. Konsep diri didefinisikan

sebagai suatu pikiran, keyakinan, dan kepercayaan yang memengaruhi individu dalam menilai dirinya dan memengaruhi hubungan dengan orang lain (Stuart, 2013). Konsep diri terdiri dari 5 komponen yang salah satunya adalah harga diri. Harga diri (*self-esteem*) adalah penilaian seseorang terhadap diri sendiri, berdasarkan kesesuaian tingkah laku seseorang terhadap ideal dirinya adalah (Suliswati, 2005; Stuart, 2013). Remaja yang memiliki harga diri tinggi apabila mampu menghargai dirinya dan dihargai orang lain, sehingga individu dapat meningkatkan rasa dihormati, diterima, dan dicintai (Potter & Perry, 2005).

Harga diri yang tinggi memiliki banyak manfaat bagi seseorang. Manfaat harga diri yang tinggi, yaitu membentuk pendirian yang kuat, mem-

bangkitkan kemauan untuk menerima tanggung jawab, membentuk sikap optimis, meningkatkan hubungan dan hidup lebih berarti, membuat seseorang lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan mengembangkan sikap saling mengasihi, memotivasi diri dan berambisi, membuat seseorang bersikap terbuka terhadap peluang dan tantangan baru, memperbaiki kinerja dan meningkatkan kemampuan mengambil risiko, membantu seseorang dalam memberi dan menerima kritik, dan penghargaan dengan bijaksana (Khera, 2002).

Keberhasilan peningkatan harga diri remaja tidak terlepas dari dukungan sosial keluarga. Dukungan sosial keluarga adalah sikap, tindakan, dan penerimaan keluarga terhadap individu (Friedman, 2010) melalui keterikatan aturan, emosional individu dari masing-masing peran anggota di dalam keluarga yaitu orang tua, anak, dan saudara kandung (Potter & Perry, 2005). Keterikatan aturan dan interaksi antar anggota dapat memengaruhi emosional dari masing-masing anggota keluarga, sehingga untuk mempertahankan kondisi tersebut, masing-masing keluarga saling memberikan dukungan emosional.

Dukungan emosional merupakan dukungan untuk memberikan perasaan nyaman, perasaan dicintai dalam bentuk semangat, dan empati yang diperoleh melalui interaksi remaja dengan orang lain dalam lingkungan sosialnya, dan bisa berasal dari siapa saja, keluarga, dan teman (Friedman, 2010; Sarafino, 2006). Dukungan emosional keluarga yang berupa penerimaan, perhatian, dan rasa percaya akan meningkatkan kebahagiaan dalam diri remaja (Hurlock, 2004), sehingga remaja termotivasi untuk terus berusaha mencapai tujuannya. Hal ini berdampak pada rasa percaya diri dalam menyelesaikan tugas yang dihadapinya.

Metode

Desain penelitian korelasi dengan potong lintang. Populasi penelitian adalah remaja sebanyak 31 orang. Sampel penelitian menggunakan teknik total sampling, dengan kriteria inklusi: 1) remaja yang berusia 10–21 tahun dan tinggal di panti sosial, 2) bersedia menjadi responden, 3) sehat

mental dan fisik, 4) remaja yang memiliki keluarga. Sedangkan kriteria eksklusi: tidak hadir pada saat pengisian kuesioner. Tempat penelitian di sebuah panti di Daerah Istimewa Yogyakarta.

Instrumen harga diri yang digunakan diadopsi dari Jati (2011 dalam Arphan, 2012) yang berjumlah 28 pernyataan. Instrumen dukungan emosional keluarga dibuat oleh peneliti sendiri berjumlah 20 pernyataan. Kedua instrumen dilakukan uji validitas berupa *content validity index* (CVI) oleh 3 (tiga) orang pakar yaitu dua pakar bidang Keperawatan Jiwa dan satu pakar bidang Keperawatan Komunitas.

Hasil *content validity index* dikatakan valid jika skor CVI 0,80 (Polit dan Beck, 2008). Hasil hitung *content validity index* instrumen: 1) harga diri menunjukkan 0,83–0,91 dengan rerata 0,84; dan 2) dukungan emosional keluarga 0,83–0,91 dengan rerata 0,85. Kesimpulannya bahwa hasil kedua instrumen menunjukkan valid, dengan nilai melebihi dari skor CVI standar.

Analisis data penelitian ini terdiri dari analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat adalah 1) data numerik dengan tampilan data tendensi sentral, dan 2) data kategorik dengan tampilan data frekuensi dan persen. Sedangkan analisis bivariat dengan menggunakan analisis uji *Spearman Rank*.

Hasil

Hasil penelitian yang ditampilkan meliputi: 1) karakteristik responden, 2) dukungan emosional keluarga, 3) harga diri remaja, dan 4) efek dukungan emosional keluarga pada harga diri remaja.

Karakteristik Responden. Karakteristik responden yang diteliti meliputi: usia, pendidikan, dan status perkawinan. Hasil penelitian dari 31 responden sebanyak: 1) 48,4% usia 15–17 tahun, 2) 61,3% pendidikan SMP, dan 3) 100% belum menikah.

Dukungan Emosional Keluarga. Dukungan emosional keluarga adalah dukungan yang dite-

rima oleh remaja dari keluarga mereka berupa rasa empati, kepercayaan, kepedulian, dan perhatian.

Berdasarkan Tabel 1 di atas menunjukkan bahwa sebagian dari responden menerima dukungan emosional keluarga dengan kategori baik sebanyak 18 orang (58,1%) dan kategori cukup sebanyak 13 orang (41,9%).

Harga diri remaja. Harga diri remaja yaitu hasil penilaian dan evaluasi diri yang dilakukan remaja panti sosial terhadap dirinya sendiri berdasarkan kekuatan individu, keberartian dalam lingkungan, kemampuan yang dimiliki, kebajikan terhadap nilai dan moral, dan konsisten dalam menentukan batas.

Berdasarkan Tabel 2 di atas didapatkan sebagian dari responden harga diri dikategori sedang sebanyak 19 orang (61,3%) dan kategori tinggi sebanyak 12 orang (38,7%).

Efek Dukungan Emosional Keluarga pada Harga Diri Remaja. Hasil penelitian berdasarkan Tabel 3 tentang efek dukungan emosional keluarga pada harga diri remaja menunjukkan 18 orang (58%) memiliki dukungan emosional keluarga baik dengan tingkatan harga diri sedang sebanyak 7 orang (22,6%) dan harga diri tinggi sebanyak 11 orang (35,4%). Diketahui bahwa 19 orang (61,4%) memiliki tingkatan harga diri sedang dengan mendapat dukungan emosional keluarga dengan kategori baik sebanyak 7 orang (22,6%) dan dukungan emosional keluarga cukup sebanyak 12 orang (38,8%).

Tabel 1. Dukungan Emosional Keluarga

Variabel	Frekuensi	Persen
Dukungan emosional keluarga		
Baik	18	58,1
Cukup	13	41,9

Tabel 2. Harga Diri Remaja

Variabel	Frekuensi	Persen
Harga diri remaja		
Sedang	19	61,3
Tinggi	12	38,7

Tabel 3. Efek Dukungan Emosional Keluarga pada Harga Diri Remaja

Dukungan Emosional Keluarga	Harga Diri Remaja		Total	p
	Sedang	Tinggi		
Baik	7 (22,6%)	11 (35,4%)	18 (58%)	0,002
Cukup	12 (38,8%)	1 (3,2%)	13 (42%)	
Total	19 (61,4%)	12 (38,6%)	31 (100%)	

Hasil analisis didapatkan ada efek dukungan emosional keluarga pada harga diri remaja dengan nilai $p=0,002$ ($p < 0,05$), sehingga disimpulkan bahwa dukungan emosional keluarga memberikan efek pada harga diri remaja.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan ada efek dukungan emosional keluarga pada harga diri remaja, artinya dukungan emosional keluarga memberikan efek pada harga diri remaja. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan emosional merupakan dukungan untuk memberikan perasaan nyaman, perasaan dicintai dalam bentuk semangat dan empati yang diperoleh melalui interaksi remaja dengan dengan orang lain dalam lingkungan sosialnya, dan bisa berasal dari siapa saja, keluarga, dan teman (Friedman, 2010; Sarafino, 2006). Dukungan emosional keluarga yang berupa penerimaan, perhatian, dan rasa percaya akan meningkatkan kebahagiaan dalam diri remaja (Hurlock, 2004), sehingga remaja termotivasi untuk terus berusaha mencapai tujuannya.

Sejalan dengan penelitian Nurmalasari (2007), bahwa rasa aman, cinta, dan kasih sayang yang tulus mampu membuat individu yang sakit jadi merasa nyaman, tenang berada dilingkungannya, tidak merasa takut, malu, dan rendah diri bila berhadapan dengan orang-orang atau remaja-remaja lainnya, dan individu akan merasa meningkat harga dirinya.

Hal lainnya apabila ada pengakuan atau penghargaan terhadap kemampuan dan kualitas klien, akan membuat klien merasa dirinya diterima dan

dihargai. Contoh dari dukungan ini misalnya memberikan pujian kepada klien karena telah melakukan sesuatu dengan baik. Dimana pengaruh dukungan sosial yang tinggi terhadap individu akan memiliki pengalaman hidup yang lebih baik, harga diri yang lebih tinggi, serta memiliki pandangan yang lebih positif terhadap kehidupan (Nurmalasari, 2007).

Harga diri tinggi apabila remaja memiliki dukungan yang baik, seperti pengaruh adanya perasaan nyaman yang dirasakan individu saat berada di lingkungan dan diperhatikan orang lain. Keluarga merupakan tempat remaja bercerita dan untuk mendapat nasihat ataupun saran serta tempat untuk mengeluarkan keluhan-keluhan ketika remaja mengalami suatu permasalahan. Remaja cenderung menganggap bahwa keluarga merupakan tempat yang paling nyaman untuk berbagi dalam menghadapi suatu masalah, berbagi kebahagiaan, dan tempat tumbuhnya harapan-harapan baru yang lebih baik.

Keluarga merupakan keterikatan aturan, emosional individu dari masing-masing peran anggota di dalam keluarga yaitu orang tua, anak, dan saudara kandung (Potter dan Perry, 2005). Keterikatan aturan dan interaksi antar anggota dapat memengaruhi emosional dari masing-masing anggota keluarga dalam memberikan dukungan.

Dukungan yang diterima remaja berupa perhatian, penghargaan, empati, dan kepedulian yang diterima membuat remaja merasa nyaman, diperhatikan, dicintai, dan meningkatkan harga diri klien. Hal ini karena keluarga dapat mendengarkan keluhan remaja dan keluarga ikut terlibat dalam permasalahan remaja.

Penelitian ini memberikan dampak bahwa keterikatan emosional remaja dengan anggota keluarga yang lain memberikan rasa percaya dan harga diri karena remaja merasa didengarkan dan diberikan perhatian dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya. Sehingga memunculkan komitmen dan keterikatan keluarga dalam menyelesaikan masalah. Keluarga juga bisa menjadi koping bagi remaja yang mengalami masalah karena dapat menyelesaikan masalah para

remaja. Implikasi pada penelitian lanjutnya perlu juga melihat pada keberhasilan dan pengalaman masa lalu remaja serta pola asuh remaja sehingga remaja bisa menyelesaikan masalah dan meningkatnya mekanisme koping remaja.

Kesimpulan

Penelitian ini memberikan hasil bahwa dukungan emosional keluarga pada remaja adalah baik. Harga diri remaja panti sosial adalah harga diri sedang. Penelitian ini memberikan hasil ada efek dukungan emosional keluarga pada harga diri remaja.

Penelitian ini juga memberikan dampak pada remaja untuk menggunakan keluarga dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi. Keluarga dipersiapkan untuk bisa menjadi pendamping bagi remaja sehingga dapat meningkatkan harga diri remaja. Hal lain adalah perlunya penelitian lanjut untuk membahas tentang prestasi dan pengalaman masa lalu remaja dan keluarga perlu diperhatikan pola asuh, sehingga penelitian menjadi komprehensif (MK, INR)

Referensi

- Friedman, M.M., Bowden, V.R., & Jones, E.G. (2010). *Keperawatan keluarga: Riset, teori dan praktik* (Ed. ke 3). Alih Bahasa: Achir Yani S. Jakarta: EGC. (Buku asli diterbitkan tahun 2003)
- Hurlock, E.B. (2004). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (Ed. ke 5). Yogyakarta: Erlangga.
- Khera. (2002). *Kiat jitu menjadi pemenang: You can win*. Jakarta: PT Prenhallindo & Pearson Education Asia Pte Ltd.
- Nurmalasari, Y. (2007). *Hubungan antara dukungan sosial dengan harga diri pada remaja penderita penyakit lupus*. Diperoleh dari http://library/articles/graduate/psychology/2007/Artikel_10502263.pdf.

- Polit, D.F., & Beck, C.T. (2008). *Nursing research: Generating and assessing evidence for nursing practice*. Philadelphia: Lippincott.
- Potter, P.A., & Perry, A.G. (2005). *Buku ajar fundamental keperawatan: Konsep, proses, dan praktik* (Ed. ke 4, Volume 2). Ahli Bahasa: Renata Komalasari... (et al). Jakarta: EGC. Buku asli diterbitkan tahun 2003
- Sarafino, E.P. (2006). *Health psychology: Biopsychosocial interactions* (5th ed.). New York: John Wiley & Sons.
- Stuart, G.W. (2007). *Buku saku keperawatan jiwa* (Ed. ke 5). Ahli Bahasa: Ramona P. Kapoh, Egi. Komara Yudha. Jakarta. EGC. Buku asli diterbitkan tahun 1995
- Stuart, G.W. (2013). *Principles and practice of psychiatric nursing* (9th Ed.). St. Louis: Mosby.
- Suliswati., dkk. (2005). *Konsep dasar keperawatan jiwa* (Ed. ke I). Jakarta: EGC.
- Wong, D.L. (2009). *Buku ajar keperawatan pediatric* (Ed. ke 6, Volume 1). Ahli bahasa: Agus Sutarna, Neti Juniarti, H.Y. Kuncara. Jakarta: EGC. Buku asli diterbitkan tahun 2008