

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Harga Diri

1. Definisi Harga Diri

Christopher J. Mruk menjelaskan bahwa harga diri merupakan hal terpenting, karena harga diri akan membantu seseorang untuk memahami dan mempelajari berbagai hal mengenai dirinya.¹ Harga diri diartikan sebagai cara individu menilai kehormatan dirinya, yang bisa diekspresikan pada sikapnya terhadap dirinya sendiri.² Santrok menjelaskan harga diri sebagai aspek evaluasi umum, mencakup sikap yang dimiliki oleh individu terhadap dirinya sendiri, baik itu positif ataupun negatif. Selain itu, Lerner dan Spanier menyatakan jika harga diri sebagai tingkat evaluasi yang diberikan individu untuk dirinya sendiri, termasuk evaluasi positif ataupun negatif, kemudian dikaitkan dengan konsep diri individu tersebut.³ Sedangkan Wells dan Marwell dalam Christopher J. Mruk, menjelaskan empat definisi harga diri. Pertama, harga diri dianggap sebagai sikap. Kedua, harga diri merupakan hasil membandingkan diri ideal dan diri yang sebenarnya. Ketiga, harga diri merupakan bentuk reaksi psikologis terhadap dirinya sendiri, yang melebihi dari sikap ditunjukkan. Keempat, harga diri yaitu komponen untuk membentuk kepribadian individu.⁴

Christopher J. Mruk menekankan bahwa pada usia remaja, harga diri berperan penting dalam proses pencarian identitas diri. Fikri menjelaskan harga diri diartikan sebagai konsep psikologis yang menggambarkan bagaimana penilaian individu terhadap nilai serta kepentingan diri.⁵ Hartanti menjelaskan jika harga diri adalah hasil dari membandingkan antara diri yang ideal dengan citra diri. Semakin citra diri sesuai atau

¹ Christopher J. Mruk.,

² Hamdanah, dan Surawan. *Remaja dan Dinamika*. (Yogyakarta: K-Media, 2022), hal. 80.

³ *Ibid.*, hal. 81.

⁴ Adnan Achiruddin Saleh. *Psikologi Sosial*. (Sulawesi Selatan: IAIN Parepare Nusantara Press, 2020), hal. 90-91.

⁵ Fikri. *Psikologi sosial*. (Yogyakarta: PT Penamuda Media, 2024), hal. 84.

mendekati diri idealnya, maka akan membentuk harga diri yang tinggi.⁶ Dalam kehidupan dijelaskan bahwa harga diri tidak dapat dihindari seperti kehidupan masa lalu, masa ini, dan masa depan. Namun, terkadang harga diri lebih penting dalam situasi tertentu dari pada orang lain, seperti ketika individu mengidentifikasi sebuah momen sebagai bentuk *self esteem*.

Dari berbagai penjelasan yang diberikan oleh para tokoh mengenai harga diri, peneliti dapat menyimpulkan bahwa harga diri adalah aspek terpenting yang harus dimiliki oleh setiap individu. Oleh karena itu, dengan harga diri akan memudahkannya untuk mempelajari berbagai hal mengenai dirinya dan mengetahui perilaku dari orang di sekitarnya. Selain itu, harga diri juga mencakup evaluasi individu tentang dirinya sendiri, baik penilaian positif maupun negatif.

2. Aspek-Aspek Harga Diri

Christopher J. Mruk mengidentifikasi dua aspek utama dari harga diri yaitu:⁷

1) Kompetensi (*Competence*)

Kompetensi (*Competence*) merupakan keyakinan pada kemampuan individu untuk melakukan sesuatu, tidak melalui ucapan saja, tetapi dengan tindakan yang menunjukkan kompetensi. Sebaliknya, nilai menunjukkan sebuah keyakinan seseorang bahwa kemampuan mereka pantas mendapatkan pengakuan.

2) Keberhargaan (*Worthiness*)

Keberhargaan (*Worthiness*) merupakan keyakinan seseorang bahwa mereka pantas mendapatkan pengakuan. Keberhargaan juga merupakan perasaan seseorang bahwa dirinya penting dan memiliki nilai, sehingga layak untuk dihargai.

⁶ Jahju Hartanti, *Konsep Diri: Karakteristik Berbagai Usia*, (Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, 2018), hal. 24.

⁷ Christopher J. Mruk.,

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Harga Diri

Adapun berbagai faktor yang mempengaruhi tingkat harga diri individu, antara lain:

1) Pola Asuh Orang Tua

Pembentukan harga diri berkaitan erat dengan pola asuh dari orang tua, seperti adanya kasih sayang, perhatian, adanya keharmonisan keluarga, tolong-menolong, adil, dan memberi kebebasan berpendapat ada anak.

2) Kelas Sosial

Kelas sosial pada remaja ditandai dengan adanya status sosial yang dimiliki oleh orang tua dapat mempengaruhi harga diri individu. Dengan adanya kelas sosial menjadikan individu dari kelas bawah merasa tidak adil, karena mereka terbatas dalam peningkatan harga dirinya.

3) Teman Sebaya

Penerimaan teman sebaya merupakan faktor terpenting dalam menentukan harga diri remaja awal perempuan. Teman sebaya biasanya terdiri dari teman akrab dan teman sekelasnya. Teman akrab ataupun teman sekelas selalu memberikan dukungan satu sama lain, sehingga dukungan tersebut dianggap sebagai bentuk mereka untuk meningkatkan harga dirinya.⁸

4. Ciri-Ciri Harga Diri

Coopersmith mengemukakan bahwa harga diri terbagi menjadi tiga jenis yakni; harga diri tinggi, harga diri sedang, serta harga diri rendah. Setiap jenis ini mempunyai ciri yang berbeda di setiap individu, yaitu:

1) Harga Diri Tinggi

Individu dengan harga diri yang tinggi biasanya bersikap aktif dan terbuka, unggul pada akademis maupun sosial, sering terlibat dalam diskusi kelompok, menunjukkan rasa hormat kepada orang lain, menghargai kemampuan mereka sendiri, menerima kritik serta perbedaan

⁸ Masdudi, “*Aplikasi Psikologi Perkembangan Dalam Perilaku Sosial Individu*”, (Jawa Barat: Eduvision, 2015), hal. 135.

pendapat dengan terbuka, mampu mengontrol emosi ketika ada hal-hal yang menyimpang dari rencananya. dan menikmati tantangan dalam pekerjaan.

2) Harga Diri Sedang

Individu dengan harga diri sedang biasanya mempunyai ciri-ciri yaitu: individu dapat menilai dirinya cukup berharga namun juga menyadari adanya beberapa kelemahan dalam dirinya, individu mampu mencapai prestasi yang cukup baik, namun tidak terlalu menonjol atau terlalu rendah, individu mampu untuk menjalin hubungan sosial yang cukup hangat dan memuaskan, dan individu juga memiliki kompetensi yang cukup memadai untuk mengatasi situasi atau kondisi yang kurang baik, tanpa merasa lebih unggul atau rendah.

3) Harga Diri Rendah

Sementara itu, individu dengan harga diri rendah akan mudah merasa cemas jika ada perbedaan pendapat, tidak proaktif, merasa terisolasi dan tidak dicintai orang lain, lebih memilih menjadi pendengar atau pengikut dalam kegiatan sosial, tidak bisa menerima kritik dengan baik, mudah emosi dan tersinggung, menganggap dirinya tidak berharga, tidak mampu membangun hubungan sosial. Mereka juga sering menganggap bahwa karya orang lain lebih baik dari hasil karya mereka sendiri dan merasakan bahwa orang lain tidak memberi perhatian kepada mereka.

B. Kualitas Pertemanan

1. Definisi Kualitas Pertemanan

Pertemanan merupakan suatu hubungan interpersonal dengan interaksi komunikasi yang melibatkan fokus *personalistic*. Semakin dekat hubungan pertemanan, maka individu yang terikat dalam hubungan tersebut akan saling bergantung.⁹ Aboud dan Mendelson menyatakan bahwa kualitas pertemanan merupakan suatu kepuasan yang didapatkan individu

⁹ Muhammad Zulfa Alfaruqy. *Buku Ajar: Psikologi Komunikasi*. (Semarang: Fakultas Diponegoro, 2020), hal. 57.

ketika berhasil menerima individu lain saat berinteraksi. Aboud dan Mendelson menyatakan jika kualitas pertemanan melibatkan berbagai fungsi seperti dukungan dalam hubungan, keakraban, pertolongan, aliansi yang dapat diandalkan, pengakuan diri, serta perasaan aman secara emosional.¹⁰ Kualitas pertemanan juga merupakan aspek positif dari suatu hubungan, yang menunjukkan sejauh mana persahabatan memenuhi kebutuhan emosional dan sosial seseorang.

Sehingga dari beberapa penjelasan dari berbagai tokoh mengenai harga diri, maka peneliti menyimpulkan jika kualitas pertemanan adalah hubungan diantara dua individu atau bisa lebih, dibangun atas rasa cinta dan kemampuan untuk berbagi perasaan dengan baik, serta terdapat aspek yang positif seperti saling memberikan bantuan, mendorong hubungan pertemanan, saling memberikan dukungan emosional dan juga belajar bagaimana mengatasi perbedaan pendapat agar hubungan tetap erat.

2. Aspek-Aspek Kualitas Pertemanan

Aspek-aspek kualitas hubungan pertemanan dari Aboud dan Mendelson dalam Brendgen yang mencakup enam aspek yaitu:¹¹

1) Mendorong hubungan pertemanan (*Stimulating Companionship*)

Aspek ini dapat di pahami sebagai cara yang dilakukan oleh individu dan teman-temannya secara bersama-sama dengan membuat sebuah hiburan permainan agar menciptakan perasaan senang dalam menjalin hubungan pertemanan.

2) Pertolongan (*Help*)

Aspek ini dapat di pahami bahwa kemampuan individu untuk memberikan bantuan ketika terjadi situasi sulit, sehingga membutuhkan pertolongan.

¹⁰ Aboud, F. E., & Mendelson, M. J. (1992). *Measurement and determinants of friendship quality. Invited address to Conference on Friendship in Childhood and Adolescence, Montreal, Quebec.*

¹¹ Aboud, F. E., & Mendelson, M. J.,

3) Keakraban (*Intimacy*)

Aspek ini dapat di pahami bahwa tingkat kepercayaan dan keterbukaan yang memungkinkan teman untuk berbagi perasaan, pikiran, dan pengalaman pribadi.

4) Aliansi yang dapat diandalkan (*Reliable Alliance*)

Aspek ini menunjukkan bagaimana seseorang bisa menjadi teman yang dipercaya dalam berbagai situasi dan kondisi saat membangun hubungan pertemanan. *Reliable Alliance* juga merupakan keyakinan bahwa teman akan selalu ada untuk memberikan dukungan dan bantuan saat dibutuhkan.

5) Validasi diri (*Self Validation*)

Aspek ini dapat di pahami bahwa suatu proses dari dalam diri dimana seseorang merasa dihargai dan diterima tanpa memerlukan persetujuan atau pengakuan dari orang lain.

6) Perasaan aman secara emosi (*Emotional Security*)

Aspek ini dapat di pahami sebagai cara individu untuk membangun rasa kenyamanan dan rasa kepercayaan dalam diri dalam segala situasi baik senang maupun sedih.

3. Ciri-Ciri Pertemanan yang Berkualitas dan Tidak Berkualitas

a. Ciri-ciri pertemanan yang berkualitas yaitu antara lain :

1) Adanya keterbukaan diri (*self disclosure*)

Hubungan pertemanan biasanya didasari oleh sikap positif, saling terbuka terhadap perasaan dan pikiran pribadi, serta saling berbagi cerita tentang segala hal.

2) Adanya keakraban

Keintiman dalam pertemanan membuat individu merasa terhubung secara emosional, saling memahami, dan saling mendukung. Hal ini menciptakan hubungan yang kuat, saling percaya, serta rasa aman dan nyaman dalam pertemanan.

3) Adanya dukungan dalam harga diri

Dukungan dalam harga diri adalah semangat yang datang dari teman-teman untuk membangun harga diri seseorang. Dukungan tersebut berupa pemberian kata-kata positif seperti motivasi, dan pemberian dukungan moral untuk memperkuat keyakinan pada diri sendiri.

4) Adanya kesetiaan (*loyalty*)

Hubungan pertemanan biasanya akan saling melindungi satu sama lain dan membantu ketika teman memiliki permasalahan dengan orang lain ataupun kelompok yang lain.

5) Adanya perilaku sosial (*prosocial behavior*)

Hubungan pertemanan, didalamnya berisi individu yang melakukan tindakan positif untuk membantu atau mendukung teman-temannya. Hubungan antar sesama teman biasanya akan membuat individu belajar dari orang lain untuk bisa menyesuaikan diri secara sosial.

b. Ciri-ciri pertemanan yang tidak berkualitas yaitu antara lain:

1) Terjadinya persaingan

Dalam hubungan pertemanan persaingan terkadang sering terjadi. Persaingan merupakan sebuah situasi di mana teman akan berkompetisi untuk menunjukkan siapa yang paling memiliki keunggulan. Hal ini dapat terjadi ketika teman memiliki perasaan ingin lebih dihargai, diakui, dan ingin merasa lebih unggul dibandingkan teman-teman yang lainnya.

2) Terjadinya konflik dalam pertemanan

Dalam hubungan pertemanan terkadang terjadi konflik karena adanya perbedaan pandangan, pemikiran, dan tujuan dari pertemanan itu sendiri. Konflik akan sering muncul ketika satu pihak atau lebih merasa bahwa kualitas pertemanan yang didapatkannya tidak sesuai dengan yang diharapkannya baik dari dukungan, kedekatan emosional dan kepercayaan.

C. Remaja Awal Perempuan

1. Definisi Remaja Awal Perempuan

Dalam bahasa Inggris, istilah “*adolescence*” merujuk pada masa remaja, yang berasal dari kata latin “*adolescere*” yang berarti "berkembang menuju kedewasaan".¹² Remaja adalah masa peralihan yang menghubungkan fase kanak-kanak dengan fase dewasa. Di fase ini, mereka menghadapi tantangan yang unik, di mana mereka dianggap lebih dewasa dibandingkan dengan masa kanak-kanak, namun mereka juga dianggap belum bisa bertanggung jawab secara penuh. Erikson menjelaskan jika remaja adalah masa individu mengalami krisis identitas atau proses menemukan identitas diri.¹³ Terkadang remaja awal dalam proses pencarian jati diri akan menimbulkan permasalahan, seperti terjadinya konflik dengan teman sebayanya. Selama periode ini, remaja sering kali mengalami kehausan sosial, dimana muncul dorongan yang kuat untuk berinteraksi serta dapat diterima dalam lingkungan kelompok.¹⁴

Stanley Hall mengatakan bahwa usia remaja diantara 12-23 tahun.¹⁵ Sedangkan Kartini Kartono menyatakan jika masa remaja awal terjadi pada usia sekitar 12 hingga 15 tahun.¹⁶ Pada fase ini, individu akan menunjukkan penerimaan terhadap kondisi fisiknya. Masa remaja awal perempuan akan mudah merasakan kesepian, ragu-ragu melakukan sesuatu, emosi tidak stabil, merasa tidak puas, dan lebih mudah merasa kecewa ketika apa yang diinginkan tidak didapatkan. Sedangkan remaja awal merupakan fase penting dalam perkembangan individu yang biasanya terjadi pada usia 12 sampai 15 tahun. Remaja awal akan mudah mengalami perubahan dalam fisik, pikiran, dan hubungan sosial mereka karena memasuki masa pubertas.

Oleh karena itu, dari penjelasan tokoh di atas terkait remaja awal perempuan, peneliti menyimpulkan jika remaja awal perempuan berlangsung

¹² Kayyis Fithri Ajhuri., hal. 122.

¹³ Latifah Nur Ahyani dan Dwi Astuti, “*Buku Ajar: Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*”, (Kudus: Badan Penerbit Universitas Muria Kudus, 2018), hal. 82.

¹⁴ *Ibid.*, hal. 94.

¹⁵ *Ibid.*, hal. 81.

¹⁶ Harwanti Noviandari, hal. 10.

diantara usia 12 hingga 15 tahun. Di masa itu individu akan terus mencari jati dirinya baik melalui pendidikan, dan interaksi dengan teman sebayanya atau keluarganya.

2. Ciri Khas Remaja Awal Perempuan

- a) Emosi tidak stabil,
- b) Memiliki ketertarikan dengan lawan jenis,
- c) Mulai sempurna kecerdasannya,
- d) Mengalami kesulitan dalam menentukan status,
- e) Mengalami masa yang kritis.

3. Tipe Remaja Awal Perempuan

- a) Pasif dan menerima,
- b) Membutuhkan perlindungan,
- c) Mengagumi pujaannya dalam diam,
- d) Minat terhadap hal-hal yang bersifat emosional,
- e) Suka membuat orang lain bahagia.¹⁷

D. Pengaruh Kualitas Pertemanan Terhadap Harga Diri Pada Remaja Awal Perempuan di Desa Pelem, Kecamatan Pare, Kabupaten Kediri

Harga diri sebagai salah satu kebutuhan utama bagi setiap manusia, serta mempunyai peran terpenting pada kehidupan untuk mencapai perkembangan yang sehat dan normal, serta memberikan kontribusi positif bagi keberlangsungan hidup. Harga diri dapat diartikan sebagai penilaian pribadi yang berkaitan dengan perasaan berharga yang diekspresikan pada sikap individu terhadap diri mereka sendiri.¹⁸ Harga diri dapat mencerminkan bagaimana orang lain memandang dan menilai dirinya sebagai pribadi.

¹⁷ Masdudi., hal. 44-45.

¹⁸ Mentari Aulia Oktaviani, "Hubungan Penerimaan Diri Dengan Harga Diri Pada Remaja Pengguna Instagram", *Psikoborneo*, Vol 7, No 4, 2019, hal. 551.

Pada masa remaja awal, salah satu tugas perkembangan utama adalah membangun harga diri yang stabil dan konsisten, sehingga peningkatan harga diri menjadi sangat penting pada tahap ini. Karena dengan remaja awal perempuan memiliki harga diri dalam hidupnya maka, mereka akan terbantu dalam bersosialisasi dengan teman dan orang-orang disekitarnya. Penurunan harga diri sering terjadi pada perempuan di masa remaja awal. Seperti dalam jurnal penelitian yang dibuat oleh Tuffahatii Fadhilah dan Nurus Sa'adah menjelaskan bahwa dalam sebuah penelitian anak-anak yang beranjak remaja akan lebih mudah mengalami penurunan harga diri yang signifikan, pada penelitian tersebut juga mengatakan bahwa remaja perempuan lebih banyak mengalami penurunan harga diri dibandingkan remaja laki-laki.¹⁹ Oleh karena itu, harga diri individu muncul saat interaksinya dengan individu lain pada kelompok. Adapun peran kelompok teman sebaya yaitu menjadi sumber pengetahuan tentang dunia di luar lingkup keluarga. Ketika memasuki usia remaja, mereka mendapatkan lebih banyak pengetahuan sosial. Selain itu, pemahaman mereka tentang cara berteman akan membuat teman sebaya menyukainya.²⁰

Bersosialisasi sangat dibutuhkan oleh remaja khususnya remaja awal perempuan untuk mengembangkan keterampilan komunikasi dan menambah relasi pertemanan. Di usia remaja awal harus menjalin relasi pertemanan baik dengan teman seusianya atau dengan teman berbeda usia, karena dengan bertambahnya teman maka memudahkannya untuk beradaptasi, mengembangkan harga diri, dan belajar cara sosialisasi dengan baik. Pertemanan dapat terjalin antara dua orang yang tidak saling mengenal atau dua orang yang hanya bertemu secara tidak langsung. Di sisi lain pertemanan juga dapat terjadi kepada orang yang sudah kita kenal atau teman dekat.

Jumlah topik komunikasi akan bertambah sejalan dengan bertambahnya kedekatan dalam pertemanan. Peningkatan kedekatan pertemanan bisa terjadi pada semua jenis komunikasi, baik secara langsung dengan bertatap muka ataupun secara online dengan sosial media.²¹ Remaja

¹⁹ Tuffahatii Fadhilah dan Nurus Sa'adah.,

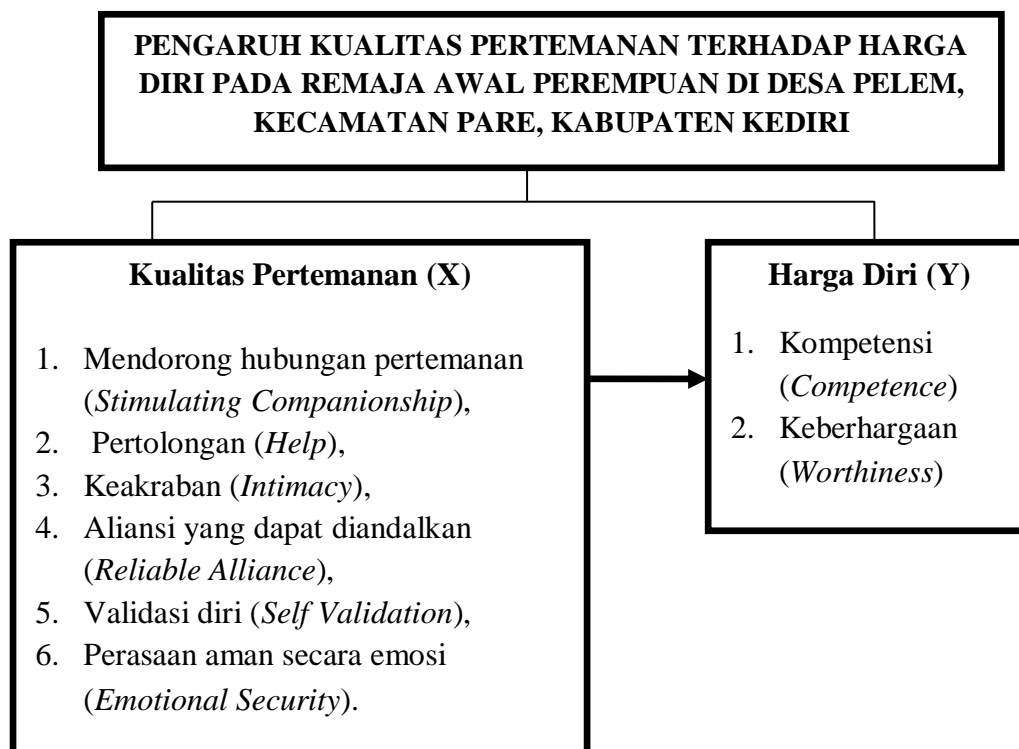
²⁰ Mentari Aulia Oktaviani., hal. 554.

²¹ Muhammad Zulfa Alfaruqy., hal. 58.

awal perempuan harus benar-benar memilih orang yang ingin dijadikan sebagai teman, karena banyak teman yang merugikan. Pertemanan yang merugikan dapat memberikan pengaruh yang negatif dan merugikan pihak lain. Oleh karena itu, remaja awal perempuan yang labil dalam menentukan sesuatu, mereka harus belajar untuk membedakan pertemanan yang merugikan dengan pertemanan yang berkualitas.

Pertemanan yang berkualitas merupakan suatu kelompok pertemanan yang berisi orang-orang yang berdampak positif, saling mendukung, bersedia membantu jika orang lain kesusahan, setia, dan bersedia mendengarkan cerita orang lain. Kualitas pertemanan dapat diartikan sebagai bentuk hubungan pertemanan di antara remaja yang dapat memenuhi kebutuhan emosional, sosial, dan psikologis mereka, serta memberikan dukungan dan kepuasan dalam kehidupan sehari-hari.

Ketika remaja awal perempuan telah menemukan teman-teman yang berkualitas maka mereka akan merasa bahagia dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Sehingga remaja awal perempuan harus meningkatkan harga dirinya, agar memudahkannya untuk beradaptasi dengan lingkungan dan bersosialisasi dengan teman. Karena dengan remaja awal perempuan berusaha untuk meningkatkan harga dirinya, maka akan meningkatkan kualitas pertemanan, namun mereka juga harus dapat pengelolaan emosi yang dengan baik. Berikut adalah kerangka teoritis pada penelitian ini :



Gambar 2. 1 Kerangka Teoritis Pengaruh Kualitas Pertemanan Terhadap Harga Diri

E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis diartikan sebagai kesimpulan yang belum pasti, karena harus diuji kebenarannya atau juga dianggap sebagai jawaban sementara dalam permasalahan yang diteliti.²² Jadi hipotesis merupakan perkiraan sementara yang diajukan oleh peneliti sebelum melakukan penelitian. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hipotesis untuk penelitian ini yaitu:

Ho : Tidak terdapat pengaruh antara kualitas pertemanan terhadap harga diri pada remaja awal perempuan di Desa Pelem, Kecamatan Pare, Kabupaten Kediri.

Ha : Terdapat pengaruh antara kualitas pertemanan terhadap harga diri pada remaja awal perempuan di Desa Pelem, Kecamatan Pare, Kabupaten Kediri.

²² Annita Sari., dkk. *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian*. (Papua: CV. Angkasa Pelangi, 2023), hal. 78.