

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Diri

1. Pengertian Konsep Diri

Menurut Burns (2005) secara umum konsep diri berasal dari bahasa Inggris yaitu “*self concept*” yaitu suatu konsep mengenai diri individu itu sendiri yang meliputi bagaimana seseorang memandang, memikirkan, dan menilai dirinya sehingga tindakan-tindakannya sesuai dengan konsep tentang dirinya tersebut. Konsep diri merupakan pandangan kita mengenai siapa diri kita, yang dapat diperoleh melalui informasi yang diberikan orang lain kepada kita. Melalui komunikasi dengan orang lain kita dapat belajar mengenai siapa kita dan bagaimana kita merasakan siapa kita. Kita mencintai diri kita bila kita telah dicintai orang lain dan kita percaya diri kita telah dipercaya orang lain (Mulyana, 2001).

Fitts (1971) mengemukakan bahwa konsep diri merupakan aspek penting dalam diri seseorang, karena konsep diri merupakan kerangka acuan (*frame of reference*) dalam berinteraksi dengan lingkungan. Fitts (1971) juga mengatakan bahwa konsep diri memiliki pengaruh yang kuat terhadap tingkah laku individu. Pada umumnya, tingkah laku individu berkaitan dengan gagasan-gagasan tentang dirinya sendiri. Jika seseorang mempersepsikan dirinya sebagai orang yang *inferior* dibandingkan dengan orang lain, walaupun hal ini belum tentu benar, biasanya tingkah laku yang

ia tampilan akan berhubungan dengan kekurangan yang dipersepsinya secara subjektif tersebut.

Rakhmat (2003) menuturkan bahwa konsep diri adalah cara individu memandang atau melakukan penilaian terhadap dirinya sendiri. Konsep diri merupakan hal penting yang menentukan bagaimana pandangan individu terhadap dirinya sendiri. Individu dikatakan memiliki konsep diri yang positif apabila individu tersebut memahami dengan baik tentang kelebihan serta kekurangannya. Konsep diri yang positif akan membuat individu merasa senang karena individu tersebut dapat menerima kondisi dirinya, yang mencakup harga diri dan gambaran dirinya sendiri.

Rakhmat (2003) juga menambahkan bahwa individu yang memiliki konsep diri positif akan bersifat optimis, percaya diri dan selalu bersikap positif terhadap segala sesuatu termasuk terhadap kegagalan yang dialami, mampu menghargai dirinya sendiri serta mampu melihat hal-hal positif yang dapat dilakukan untuk mencapai keberhasilan di masa mendatang. Sedangkan individu yang memiliki konsep diri negatif memiliki pandangan bahwa dirinya lemah, tidak berdaya, tidak dapat berbuat apa-apa, tidak kompeten, gagal, malang, tidak menarik, tidak disukai dan kehilangan daya tarik terhadap hidup. Individu yang memiliki konsep diri negatif cenderung bersikap pesimis terhadap kehidupan dan kesempatan yang dihadapinya.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa konsep diri adalah cara pandang seseorang dalam mengenal, menilai dan memahami dirinya sendiri serta mengetahui tingkah laku dirinya sendiri yang didasarkan pada

pengalaman dan interaksinya terhadap orang lain. Individu yang memiliki konsep diri positif, dalam segala sesuatunya akan menanggapi secara positif, serta dapat memahami dan menerima dirinya dengan baik. Sedangkan individu dengan konsep diri negatif akan cenderung bersikap pesimis, serta kurang bisa menerima kekurangan yang ada dalam dirinya.

2. Dimensi-Dimensi Konsep Diri

Fitts (1971) membagi dimensi konsep diri menjadi dua yaitu:

a. Dimensi Internal

Dimensi internal atau kerangka acuan internal (*internal frame of reference*) adalah penilaian yang dilakukan individu terhadap dirinya sendiri. Dimensi ini terdiri dari tiga bentuk, yaitu:

- 1) Diri identitas (*identity self*), merupakan aspek yang paling mendasar pada konsep diri dan mengacu pada pertanyaan “siapakah saya?”. Dalam pertanyaan tersebut mencakup label dan simbol yang diberikan pada diri (*self*) oleh individu yang bersangkutan untuk menggambarkan siapa dirinya dan membangun identitasnya, misalnya “saya Ita”. Kemudian seiring bertambahnya usia dan interaksi dengan lingkungan, pengetahuan individu tentang dirinya juga bertambah, sehingga ia dapat melengkapi keterangan tentang dirinya dengan hal-hal yang lebih kompleks, seperti “saya pintar tetapi terlalu gemuk”, dan sebagainya.
- 2) Diri perilaku (*behavioral self*), merupakan persepsi individu terhadap tingkah lakunya, yang berisikan segala kesadaran

mengenai apa yang dilakukan oleh dirinya, dapat juga berisikan tentang identitas dari diri individu. Diri yang kuat akan menunjukkan adanya suatu keserasian antara diri identitas dengan diri pelaku, sehingga ia dapat mengenali dan menerima dirinya dengan baik.

- 3) Diri penerimaan atau penilai (*judging self*), berfungsi sebagai pengamat, penentu standar, dan evaluator. Kedudukannya sebagai perantara (mediator) antara diri identitas dengan diri pelaku. Individu cenderung memberikan penilaian terhadap apa yang dipersepsikannya, oleh karena itu label atau simbol yang dikenakan pada dirinya bukanlah semata-mata menggambarkan dirinya, tetapi syarat dengan nilai. Diri penilai menentukan kepuasan seseorang akan dirinya atau sejauh mana orang menerima dirinya. Kepuasan diri yang rendah akan menimbulkan konsep yang rendah pula dan akan mengembangkan ketidakpercayaan yang mendasar pada dirinya. Sebaliknya jika individu yang memiliki kepuasan diri yang tinggi, kesadaran dirinya akan lebih realistis, sehingga akan lebih memungkinkan individu yang bersangkutan untuk melupakan keadaan dirinya dan memfokuskan energi serta perhatiannya ke luar diri, dan pada akhirnya dapat berfungsi lebih konstruktif.

b. Dimensi Eksternal

Pada dimensi eksternal, individu akan menilai dirinya sendiri melalui hubungan dan aktivitas sosial, nilai yang dianut, serta hal-hal

lain di luar dirinya. Dalam dimensi ini dibagi menjadi lima bentuk, yaitu:

- 1) Diri fisik (*physical self*), menyangkut persepsi individu terhadap dirinya secara fisik, antara mengenai kesehatan dirinya, penampilan dirinya, dan keadaan tubuhnya.
- 2) Diri etik-moral (*moral-ethical self*), merupakan persepsi individu terhadap dirinya dilihat dari standar pertimbangan nilai moral etika, yaitu menyangkut persepsi individu mengenai hubungan dengan Tuhan, kepuasan individu akan kehidupan keagamaannya dan nilai moral yang dipegangnya yang meliputi batas baik dan buruk.
- 3) Diri pribadi (*personal self*), merupakan perasaan atau persepsi individu tentang keadaan dirinya. Hal ini tidak dipengaruhi oleh kondisi fisik atau hubungan dengan orang lain, tetapi dipengaruhi oleh sejauh mana individu merasa puas dengan pribadinya atau sejauh mana individu merasa dirinya sebagai pribadinya dan sejauh mana individu merasa dirinya sebagai pribadi yang tepat.
- 4) Diri keluarga (*family self*), menunjukkan perasaan dan harga diri individu terkait kedudukannya sebagai anggota keluarga. Hal ini menunjukkan seberapa jauh individu merasa kuat terhadap dirinya sebagai anggota keluarga, serta terhadap peran maupun fungsi yang dijalankannya sebagai anggota dari suatu keluarga.
- 5) Diri sosial (*social self*), merupakan penilaian individu terhadap interaksi dirinya dengan orang lain.

Sedangkan Berzonsky (dalam Apollo, 2007) mengemukakan aspek-aspek konsep diri yang meliputi:

- a. Aspek fisik (*physical self*), yaitu penilaian individu terhadap segala sesuatu yang dimiliki individu seperti tubuh, pakaian, benda miliknya, dan sebagainya.
- b. Aspek sosial (*social self*), meliputi bagaimana peranan sosial yang dimainkan oleh individu dan sejauh mana penilaian individu terhadap performanya.
- c. Aspek moral (*moral self*), meliputi nilai-nilai dan prinsip-prinsip yang memberi arti dan arah bagi kehidupan individu.
- d. Aspek psikis (*psychological self*), meliputi pikiran, perasaan, dan sikap individu terhadap dirinya sendiri.

Berdasarkan uraian aspek-aspek konsep diri diatas dapat disimpulkan bahwa komponen konsep diri meliputi aspek diri identitas, diri pelaku, diri penerimaan atau penilai, diri fisik, diri etik-moral, diri pribadi, diri keluarga dan diri sosial.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri

Menurut Fitts (1971) konsep diri seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor sebagai berikut:

- a. Pengalaman, terutama pengalaman interpersonal, yang memunculkan perasaan positif dan perasaan berharga.
- b. Kompetensi dalam area yang dihargai oleh individu dan orang lain.

- c. Aktualisasi diri atau implementasi dan realisasi dari potensial pribadi yang sebenarnya.

Sedangkan menurut Hurlock (2009), kondisi yang membentuk pola kepribadian, berada diluar pengendalian remaja karena kondisi tersebut merupakan hasil dari lingkungan dimana remaja hidup dan akan terus mempengaruhi konsep dirinya sebagai inti dari pola kepribadian, sepanjang lingkungan tersebut tetap stabil. Jika remaja mengubah lingkungan mereka seperti saat pindah ke sekolah lain untuk menuntut ilmu, maka perubahan lingkungan dapat menyebabkan perubahan kepribadian. Remaja pergi ke tempat lain untuk mengikuti proses belajar dalam menuntut ilmu jauh dari orang tuanya, dalam artian ke tahap pendidikan yang lebih tinggi dari sebelumnya, biasanya menunjukkan kematangan sosial yang lebih besar daripada mereka yang tinggal bersama orang tuanya.

Hurlock (2009) menyebutkan beberapa hal yang mempengaruhi konsep diri remaja, diantaranya:

- a. Usia kematangan

Remaja dengan pemikiran yang matang dan dewasa akan memiliki konsep diri yang baik. Sebaliknya, remaja yang memiliki pemikiran seperti anak-anak akan memiliki konsep diri yang buruk.

- b. Penampilan diri

Penampilan diri menarik akan mendapatkan penilaian yang baik dari lingkungan sehingga membentuk konsep diri yang baik dan menambah dukungan sosial yang diperoleh. Sebaliknya, penampilan

diri yang berbeda akan mendapatkan penilaian yang kurang baik dari lingkungan yang mengakibatkan kurangnya rasa percaya diri.

c. Nama dan julukan

Remaja akan merasa malu jika teman sekelompoknya menilai namanya buruk atau mendapatkan julukan yang bernada cemoohan.

d. Kepatutan seks

Kepatutan seks dalam penampilan diri, minat, dan perilaku membantu remaja mencapai konsep diri yang baik. Ketidapatutan seks membuat remaja sadar diri dan hal ini memberi akibat buruk pada perilakunya.

e. Hubungan keluarga

Remaja yang mempunyai hubungan yang baik dengan anggota keluarganya akan mengidentifikasi diri dengan baik serta ingin mengembangkan pola kepribadian yang sama dengan anggota keluarganya. Jika jenis kelaminnya sama, remaja akan tertolong untuk mengembangkan konsep diri yang sesuai dengan jenis kelaminnya.

f. Teman sebaya

Konsep diri remaja merupakan cerminan dari anggapan kelompok tentang dirinya. Mereka mengembangkan ciri kepribadian yang diakui kelompoknya.

g. Kreativitas

Remaja yang semasa anak-anak didorong agar kreatif, akan mengembangkan perasaan individualitas dan identitas yang memberi

pengaruh baik pada konsep dirinya. Sementara remaja yang dimasa anak-anak didorong untuk mengikuti pola yang sudah diakui akan kurang mempunyai perasaan identitas dan individualitas.

h. Cita-cita

Cita-cita yang realistis dan remaja yang berhasil akan menimbulkan kepercayaan diri dan kepuasan sehingga terciptalah konsep diri yang baik. Sementara cita-cita yang baik dan realistis dari remaja yang sering menemui kegagalan akan membuat remaja merasa tidak mampu dan selalu menyalahkan sebab kegagalan tersebut (diri dan lingkungan).

Berdasarkan uraian diatas maka hal-hal yang dapat mempengaruhi konsep diri seseorang diantaranya adalah pengalaman, kompetensi, aktualisasi diri, usia kematangan, penampilan diri, nama dan julukan, kepatutan seks, hubungan keluarga, teman sebaya, kreativitas, dan cita-cita.

4. Konsep Diri Santri

Ahyadi (2001) berpendapat bahwa konsep diri merupakan satu hal yang wajib dimiliki oleh setiap manusia khususnya umat Islam. Dengan konsep diri yang baik, maka individu akan mengenal dirinya dengan baik. Jika individu mengenal dirinya dengan baik, maka ia akan mengenal Tuhannya dengan baik pula. Islam juga mengajarkan agar manusia memiliki konsep diri yang baik yaitu yang sesuai dengan ajaran Islam, karena konsep diri yang dimiliki individu akan mengarahkannya kepada tujuan individu tersebut (Anshori, 2000).

Setiap manusia memiliki kemampuan untuk menilai dirinya masing-masing, bahkan Al-Qur'an menggambarkan bahwa manusia memiliki kesempatan untuk menilai atau menghisab dirinya sendiri pada hari kebangkitan. Kemampuan untuk memahami diri sendiri, berkembang sejalan dengan usia seseorang. Konsep diri terbentuk melalui proses belajar yang berlangsung sejak masa pertumbuhan hingga dewasa (Hamzah, 2010).

Nilai-nilai, cara hidup maupun kebiasaan yang ada pada diri banyak ditentukan oleh bagaimana konsep diri yang dimiliki oleh individu. Konsep diri menggariskan pemahaman kita bahwa sebagai makhluk ciptaan Allah SWT yang sempurna dengan berbagai potensi dalam diri yang kelak akan dipertanggungjawabkan dihadapan Allah SWT. Islam selalu mengajarkan agar berpandangan positif terhadap diri, karena manusia mempunyai derajat yang lebih tinggi dari makhluk yang lain (Hamzah, 2010).

Menurut Djafar (dalam Ustman, 2003), ciri-ciri konsep diri positif dalam Islam pada santri antara lain:

a. Bertawakal dalam setiap usaha dan cobaan

Seorang muslim dianjurkan sebelum memulai suatu usaha agar memikirkannya dengan matang, meminta petunjuk dari orang yang berpengalaman, serta beristikharah kepada Allah SWT. Apabila usahanya bertolakbelakang dengan harapan, maka seseorang akan berusaha memperbaikinya tanpa keluh kesah seraya mengadukan semuanya kepada Allah SWT.

b. Tidak cemas terhadap hal-hal yang telah berlalu

Seorang muslim harus yakin bahwa apa saja yang menyimpannya tidak akan lama keadaanya, karena merupakan pertarungan antara yang hak dan yang bathil, dan rahmat Allah selalu bersama orang-orang beriman. Sebagaimana firman Allah SWT dalam QS. Ali-Imran ayat 139, yang artinya: “Janganlah kamu merasa lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.”

c. Selalu merasa optimis dalam segala hal

Seorang muslim seharusnya tidak merasa putus asa, tetapi harus merasa optimis didalam segala hal karena mengharapkan rahmat dan pertolongan Allah, serta mengingat larangan Allah terhadap sikap putus asa. Sebagaimana firman Allah dalam QS. Yusuf ayat 87, yang artinya: “Hai anak-anakku, pergilah kamu, maka carilah berita tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputusasa dari rahmat Allah melainkan kaum yang kafir.”

Optimis merupakan kebutuhan pokok yang sangat diperlukan oleh orang-orang yang menempuh jalan Allah SWT. Makhluk Allah tidak boleh patah semangat maupun bersedih atas apa yang telah terjadi. Manusia wajib berbuat baik dan benar karena akhir yang baik dan pertolongan akan berpihak kepada orang yang benar-benar beriman.

Santri yang mampu mengenali kekuatan diri mereka dan dapat mengetahui kelemahan serta berusaha untuk mengatasi setiap problem yang terjadi dalam kehidupan di dunia ini, dan secara umum memandang positif terhadap karakteristik dan kompetensi atau kemampuan yang dimiliki (Hamzah, 2010).

Hamzah (2010) juga menambahkan individu/santri seharusnya tidak mengalami kesedihan atau frustrasi yang dapat merusak cara hidup manusia khususnya terhadap penilaian tentang diri atau konsep diri manusia. Individu dan begitu juga pada santri yang memiliki konsep diri negatif akan mudah dipengaruhi oleh hal-hal yang baru dan indah tanpa pemikiran dari sesuatu dibalik keindahan itu. Manusia selalu memandang dirinya serba kekurangan, lebih rendah dari orang lain sehingga akan lebih mudah terbawa bujukan setan. Sedangkan santri dengan konsep diri positif lebih mudah menerima keadaan dirinya, lebih percaya diri tanpa memandang kelebihan dan kekurangan orang lain sehingga keimanannya lebih tebal dan tidak mudah terpengaruh oleh bujukan setan.

Maksud dari kondisi ini tidak lain adalah untuk menguji kualitas keimanan agar Allah SWT mengetahui mana diantara hamba-Nya yang benar-benar beriman dan mana yang tidak beriman kepada-Nya. Perjuangan mempertahankan keimanan dan keislaman ini membutuhkan konsep diri yang positif dan harus ditanamkan dari dalam diri seseorang atau santri. Konsep diri positif menjadikan seseorang dapat mensyukuri nikmat yang telah diberikan Allah kepada hamba-Nya tanpa mengubahnya

sedikitpun, sedangkan konsep diri negatif seperti sikap lemah akan membawa kita pada sikap pesimis, kurangnya sikap percaya diri dan mudah putus asa, sedangkan Allah membenci orang-orang yang mudah putus asa dalam kehidupannya (Hamzah, 2010).

Secara umum remaja/santri yang memiliki konsep diri sosial yang positif mempunyai ciri-ciri diantaranya lebih percaya diri, memiliki penerimaan diri yang baik, optimis, harga dirinya tinggi, memiliki perasaan aman, tidak merasa cemas dan tertekan. Sementara remaja/santri yang memiliki konsep diri yang negatif memiliki ciri-ciri diantaranya tidak percaya diri, penerimaan diri yang rendah, pesimis, peka terhadap kritik, mudah cemas dan merasa terancam atau tertekan.

B. Dukungan Sosial Teman Sebaya

1. Pengertian Dukungan Sosial

Uchino (2009) mengungkapkan bahwa dukungan sosial adalah kenyamanan, penghargaan, kepedulian, maupun bantuan dalam bentuk lainnya yang diterima individu dari orang lain ataupun kelompok. Sedangkan menurut Sarafino & Smith (2012) dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diberikan orang lain atau kelompok kepada individu.

Menurut King (2010) dukungan sosial adalah informasi dan umpan balik dari orang lain yang menunjukkan individu merasa dicintai, diperhatikan, dihargai, dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan

komunikasi dan kewajiban yang timbal balik. King (2010) juga menambahkan bahwa dukungan sosial yaitu berupa dukungan terhadap individu dalam menghadapi masalah seperti nasihat, kasih sayang, perhatian, petunjuk, dan dapat juga berupa barang atau jasa yang diberikan oleh keluarga maupun teman. Semakin banyak orang memberikan dukungan sosial maka akan semakin sehat kehidupan individu.

Konsep operasional dari dukungan sosial adalah *perceived support* (dukungan yang dirasakan), yang memiliki dua elemen dasar diantaranya adalah persepsi bahwa ada sejumlah orang lain dimana individu dapat mengandalkannya saat dibutuhkan dan derajat kepuasan terhadap dukungan yang ada (Dimatteo, 2004). Melalui dua elemen dasar dari dukungan yang dirasakan remaja yang diperoleh dari teman sebaya, remaja dapat merasa lebih tenang apabila dihadapkan pada suatu masalah. Hal tersebut dapat menimbulkan keyakinan pada diri remaja bahwa apapun yang dilakukan oleh remaja akan mendapatkan dukungan dari teman sebayanya.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah kenyamanan, penghargaan, kepedulian, maupun bantuan dalam bentuk lainnya yang diterima individu dari orang lain yang memiliki kedekatan dalam kehidupannya sehingga individu tersebut merasa bahwa orang lain memperhatikan, menghargai dan mencintainya.

2. Bentuk-Bentuk Dukungan Sosial

Menurut Cohen & Hoberman (dalam Isnawati & Rendi, 2013) membagi dukungan sosial menjadi empat bentuk, yaitu:

- a. *Appraisal Support*, yaitu bantuan berupa nasihat yang berkaitan dengan pemecahan suatu masalah untuk membantu mengurangi *stressor*.
- b. *Tangible Support*, yaitu bantuan nyata yang berupa tindakan atau bantuan fisik dalam menyelesaikan tugas.
- c. *Self Esteem Support*, yaitu dukungan yang diberikan oleh orang lain terhadap perasaan kompeten atau harga diri individu serta perasaan individu sebagai bagian dari sebuah kelompok dimana para anggotanya memiliki dukungan yang berkaitan dengan *self-esteem* seseorang.
- d. *Belonging Support*, yaitu dukungan yang menunjukkan perasaan diterima menjadi bagian dari suatu kelompok dan rasa kebersamaan.

Menurut Sarafino & Smith (2012) dukungan sosial terdiri dari beberapa jenis yaitu:

- a. Dukungan emosional, melibatkan ekspresi rasa empati dan perhatian terhadap individu, sehingga individu tersebut merasa nyaman, tenang, dicintai dan diperhatikan.
- b. Dukungan instrumental, melibatkan bantuan langsung yang berupa bantuan finansial atau bantuan dalam mengerjakan tugas-tugas tertentu. Dukungan ini juga dapat 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 penghargaan, melibatkan ekspresi yang berupa pernyataan setuju dan penilaian positif terhadap ide-ide, perasaan dan performa orang lain. Selain itu dapat berupa dorongan maju serta melakukan perbandingan secara positif terhadap orang lain.
- d. Dukungan informasi, dapat berupa saran, pengarahan dan umpan balik tentang bagaimana cara memecahkan persoalan atau membantu orang lain membuat keputusan tertentu dengan tujuan mengajarkan sesuatu kepada orang lain.
- e. Dukungan jaringan sosial, mencakup perasaan keanggotaan dalam kelompok. Dukungan jaringan sosial merupakan perasaan keanggotaan dalam suatu kelompok, saling berbagi kesenangan dan aktivitas sosial.

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial memiliki jenis yang berbeda-beda yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informatif, dan dukungan jaringan sosial.

3. Komponen-Komponen Dukungan Sosial

Menurut Weiss, Heller, dkk, (dalam Kuntjoro, 2002) mengemukakan dua komponen dukungan sosial, diantaranya:

- a. Transaksi interpersonal yang berhubungan dengan kecemasan

Komponen ini berhubungan dengan kecemasan, mengacu pada adanya individu yang memberikan bantuan ketika ada masalah, yaitu dengan menyediakan informasi untuk menjelaskan situasi yang berhubungan dengan kecemasan.

b. Penilaian yang mempertinggi penghargaan

Komponen penilaian ini mengacu pada penilaian individu terhadap pandangan orang lain kepada dirinya. Individu menilai dengan seksama evaluasi orang lain terhadap dirinya dan percaya bahwa dirinya berharga bagi orang lain.

Sedangkan Weiss (dalam Kuntjoro, 2002) menjelaskan enam komponen dukungan sosial yaitu:

- a. Kerekatan Emosional (*Emotional Attachment*), memungkinkan individu memperoleh kerekatan (kedekatan) emosional sehingga menimbulkan rasa aman bagi yang menerima. Orang yang menerima dukungan sosial semacam ini merasa tenang, aman dan damai yang ditunjukkan dengan sikap tenang dan bahagia.
- b. Integrasi Sosial (*Social Integration*), memungkinkan individu untuk memperoleh perasaan memiliki suatu kelompok yang memungkinkannya untuk membagi minat, perhatian serta melakukan kegiatan yang sifatnya rekreatif secara bersama-sama.
- c. Adanya Pengakuan (*Reassurance of Worth*), yaitu individu mendapatkan pengakuan atas kemampuan dan keahliannya serta mendapat penghargaan dari orang lain atau lembaga.
- d. Ketergantungan yang dapat diandalkan (*Reliable Reliance*), yaitu individu mendapat dukungan sosial berupa jaminan bahwa ada orang yang dapat diandalkan bantuannya ketika individu membutuhkan bantuan tersebut.

- e. Bimbingan (*Guidance*), yaitu adanya hubungan kerja atau hubungan sosial yang memungkinkan individu mendapatkan informasi, saran, atau nasehat yang diperlukan dalam memenuhi kebutuhan dan mengatasi permasalahan yang dihadapi.
- f. Kesempatan untuk mengasuh (*Opportunity for Nurture*), memungkinkan individu untuk memperoleh perasaan bahwa orang lain tergantung padanya untuk memperoleh kesejahteraan. Sumber dukungan sosial ini adalah keturunan (anak-anak) dan pasangan hidup.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa komponen dukungan sosial terdiri dari beberapa komponen, diantaranya kerekatan emosional, integrasi sosial, adanya pengakuan, ketergantungan yang dapat diandalkan, bimbingan, dan kesempatan untuk mengasuh.

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial

Menurut Myers (dalam Maslihah, 2011), ada tiga faktor penting yang mempengaruhi seseorang untuk memberikan dukungan sosial yaitu:

- a. Norma dan sosial, yaitu sesuatu yang berguna untuk membimbing individu untuk menjalankan kewajiban dalam kehidupan.
- b. Empati, yaitu turut merasakan kesusahan orang lain dengan tujuan mengantisipasi emosi dan motivasi tingkah laku untuk mengurangi kesusahan dan meningkatkan kesejahteraan orang lain.
- c. Pertukaran sosial, yaitu hubungan timbal balik perilaku sosial antara cinta dan pelayanan informasi. Keseimbangan dalam timbal balik akan menghasilkan kondisi hubungan interpersonal yang memuaskan.

Sedangkan menurut Cohen & Syme (dalam Apollo & Cahyadi, 2012) menjelaskan bahwa faktor yang mempengaruhi dukungan sosial antara lain:

- a. Pemberian dukungan sosial, dukungan yang diberikan oleh sumber yang paling dekat akan lebih efektif dan lebih bermakna.
- b. Jenis dukungan sosial, bantuan akan sangat bermanfaat jika sesuai dengan kondisi yang tepat dengan situasi yang ada.
- c. Penerimaan dukungan, karakteristik penerimaan dukungan akan menentukan keefektifan dukungan.
- d. Permasalahan yang dihadapi, dukungan sosial yang tepat adalah yang sesuai dengan jenis dukungan dan masalah yang dihadapi.
- e. Waktu pemberian dukungan sosial, waktu pemberian dukungan akan optimal di satu sisi juga kurang optimal di sisi lain.
- f. Lamanya pemberian dukungan, pemberian dukungan tergantung pada kapasitas pemberi dukungan tersebut. Dukungan akan optimal apa bila dukungan memahami permasalahan yang dihadapi.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa hal-hal yang dapat mempengaruhi dukungan sosial diantaranya pemberian dukungan sosial, jenis dukungan sosial, penerimaan dukungan, permasalahan yang dihadapi, waktu pemberian dukungan dan lamanya pemberian dukungan.

5. Dukungan Sosial Teman Sebaya

Teman sebaya adalah sekelompok individu yang terdiri dari beberapa remaja yang memiliki usia relatif 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 orang tuanya dan mulai melakukan proses sosialisasi dengan dunia yang lebih luas. Teman sebaya selain merupakan sumber referensi bagi remaja mengenai berbagai macam hal, juga dapat memberikan kesempatan bagi remaja untuk mengambil peran dan tanggung jawab yang baru melalui pemberian dorongan (dukungan sosial).

Dukungan sosial yang bersumber dari teman sebaya dapat membuat remaja memiliki kesempatan untuk melakukan berbagai hal yang belum pernah dilakukan serta belajar mengambil peran baru dalam kehidupannya. Remaja mampu menjalankan peran sosialnya di masyarakat apabila remaja tersebut telah berhasil membentuk identitas dirinya.

Dukungan sosial teman sebaya adalah suatu pemberian bantuan atau dukungan yang diberikan teman sebaya yang dapat dirasakan individu (*perceived support*) disaat yang diperlukan, sehingga individu merasa dicintai dan dihargai oleh lingkungan sekitar. Taylor, Peplau & Sears (2009) menjelaskan bahwa dukungan sosial teman sebaya adalah bantuan dari teman sebaya baik instrumental, informasional, maupun emosional dari teman sebaya yang membuat remaja merasa dihargai dan diperhatikan.

Santrock (2003), mengemukakan salah satu fungsi terpenting teman sebaya adalah sebagai penyedia sumber informasi di luar keluarga tentang dunia, seperti menerima umpan balik mengenai kemampuan yang dimiliki serta mempelajari tentang apa yang dilakukan itu kurang baik, sama baik, atau lebih baik dibandingkan teman sebayanya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan dukungan sosial teman sebaya adalah kenyamanan, penghargaan, kepedulian, maupun bantuan dalam bentuk lainnya yang diberikan oleh teman yang relatif seusia dengannya, yang memiliki kepentingan yang sama serta memiliki hukum atau norma yang dibuat secara bersama, memiliki minat, cita, pendidikan serta pandangan yang sama dengannya sehingga individu tersebut merasa bahwa orang lain memperhatikan, menghargai dan mencintainya.

C. Santri Pondok Pesantren Darul Muta'alimin Petarukan

Pondok pesantren merupakan lembaga keagamaan yang memberikan pendidikan dan pengajaran serta mengembangkan dan menyebarkan ilmu agama Islam (Nasir, 2005). Sedangkan menurut Zarkasyi (2005) menyebutkan bahwa pesantren berasal dari kata santri yang mendapat awalan *pe-* dan akhiran *-an* yang menunjukkan tempat, yang berarti bahwa pesantren adalah tempat para santri.

Kata santri mempunyai arti orang yang mendalami Agama Islam, orang yang beribadah dengan sungguh-sungguh, dan orang yang saleh. Kata santri terkadang juga dianggap sebagai gabungan kata *sant* (manusia baik) dengan

suku kata *tra* (suka menolong), sehingga kata santri dapat berarti manusia baik-baik yang suka menolong. Pendapat lain mengatakan bahwa kata santri diadopsi dari bahasa India yaitu *shastri* yang berarti ilmuwan Hindu yang pandai menulis, oleh karena itu kata santri dilihat dari sudut pandang Agama Islam berarti orang-orang yang pandai dalam pengetahuan Agama Islam. Dalam istilah lain juga diterangkan baha santri merupakan sebutan bagi siswa yang belajar dalam pesantren (Dauly, 2001).

Pengertian santri pada hakekatnya adalah murid yang sedang menuntut ilmu agama didalam lingkungan pesantren, dan bertempat tinggal di pesantren pula akan tetapi ada juga yang pulang ke rumah. Pada umumnya, kehidupan santri dilakukan secara sederhana. Para santri dibekali nilai-nilai keagamaan seperti *ukhuwah* (persaudaraan), *ta'awun* (tolong menolong), *ittihad* (persatuan), menuntut ilmu, ikhlas, jihad, taat kepada Allah SWT dan Rasul, ulama atau kyai sebagai pewaris nabi, dan kepada para pemimpin. Adapula yang mengatakan bahwa santri berasal dari bahasa Jawa yaitu “cantrik” yang berarti seseorang yang selalu mengikuti seorang guru kemana guru itu pergi menetap (Dhofier, 2011).

Jadi santri adalah sekelompok orang baik-baik yang taat terhadap aturan agama (orang saleh), dan selalu memperdalam pengetahuannya tentang Agama Islam serta tidak dapat dipisahkan dari kehidupan ulama. Karena berbicara tentang kehidupan ulama, senantiasa menyangkut pula kehidupan para santri yang menjadi murid dan sekaligus menjadi pengikut serta pelanjut perjuangan ulama yang setia.

Pondok Pesantren Darul Muta'alimin Petarukan memiliki jumlah santri 134 yang terdiri dari 75 santri putra dan 59 santri putri yang berasal dari beberapa daerah, seperti Pematang, Pekalongan, Tegal, Batang, Brebes, dan Jakarta. Adapun kegiatan yang harus diikuti santri di Pondok Pesantren Darul Muta'alimin Petarukan diantaranya shalat berjamaah, mengaji dan menghafal kitab-kitab klasik, tadarus Al-Qur'an, serta kesenian (hadroh, kaligrafi). Sedangkan setiap hari jum'at pagi setelah sholat subuh santri putra biasanya berbondong-bondong ke makam sesepuh untuk melakukan do'a bersama. Dan biasanya setiap satu tahun sekali mengadakan ziarah kubur ke makam para kyai besar di berbagai daerah di nusantara.

Pondok pesantren Darul Muta'alimin Petarukan menyediakan pendidikan non-formal yaitu madrasah, yang setiap harinya para santri diharuskan mengikuti kegiatan belajar mengajar di madrasah tersebut. Dengan kurikulum yang setara seperti pendidikan formal pada umumnya yang didalamnya terdapat pembelajaran tertulis, praktik, ulangan harian serta ujian akhir. Pada kegiatan pembelajaran di madrasah, santri putra dan putri biasanya bertemu dan melakukan sosialisasi satu sama lain sehingga akan terbentuk hubungan pertemanan yang lebih luas. Dengan demikian, santri akan mendapatkan lebih banyak dukungan dari teman sebayanya.

Pondok Pesantren Darul Muta'alimin Petarukan tidak menyediakan pendidikan formal. Untuk itu para santri diperbolehkan untuk menempuh jenjang pendidikan diluar pondok pesantren seperti SD, SMP dan SMA. Namun demikian para santri juga dituntut untuk tetap disiplin mengikuti

kegiatan yang ada di pondok pesantren. Santri dapat meneruskan kegiatan di pondok pesantren setelah kegiatan di sekolah selesai. Di masa pandemi saat ini, santri diperbolehkan untuk membawa *handphone* guna mendukung pembelajaran di sekolah, namun dalam penggunaannya diawasi langsung oleh pengurus asrama masing-masing santri putra dan santri putri, dan apabila telah selesai digunakan maka harus dititipkan kepada pengurus.

Secara umum, santri Pondok Pesantren Darul Muta'alimin Petarukan diajarkan untuk mandiri, patuh terhadap agama, hormat kepada orang tua/kyai/ustadz/guru maupun orang lain, memiliki akhlak yang baik, dapat mengasah keterampilan, taat terhadap aturan, disiplin, sopan santun, bertingkah laku sesuai nilai dan norma yang berlaku, memiliki jiwa sosial yang tinggi dan mampu berbaur kepada masyarakat di lingkungan pondok pesantren.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa santri di Pondok Pesantren Darul Muta'alimin Petarukan selalu diajarkan untuk mandiri, patuh terhadap agama, hormat kepada orang tua/kyai/ustadz/guru maupun orang lain, memiliki akhlak yang baik, dapat mengasah keterampilan, taat terhadap aturan, disiplin, sopan santun, bertingkah laku sesuai nilai dan norma yang berlaku, memiliki jiwa sosial yang tinggi dan mampu berbaur kepada masyarakat di lingkungan pondok pesantren.

D. Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Konsep Diri pada Santri Remaja

Menurut Hurlock (2009), banyak remaja menggunakan standar kelompok sebagai konsep mereka mengenai kepribadian ideal terhadap menilai

kepribadian mereka sendiri. Kelompok yang dimaksud disini adalah teman sebaya. Karena pada usia remaja, kelompok teman sebaya sangat mempengaruhi kepribadian remaja. Salah satu hal yang dibutuhkan remaja dari kelompok teman sebayanya adalah dukungan sosial, dimana dukungan sosial yang diberikan oleh teman sebaya dapat membuat remaja memiliki kesempatan untuk melakukan berbagai hal yang belum pernah mereka lakukan serta belajar mengambil peran baru dalam kehidupannya. Melalui dukungan yang diperoleh dari teman sebayanya, remaja akan merasa lebih tenang apabila dihadapkan pada suatu masalah. Hal tersebut dapat menimbulkan keyakinan pada diri remaja bahwa apapun yang dilakukan oleh remaja akan mendapatkan dukungan dari teman sebayanya.

Remaja dengan dukungan sosial yang tinggi cenderung menimbulkan perasaan memiliki, dapat meningkatkan harga diri dan kejelasan identitas diri, serta memiliki perasaan positif mengenai diri remaja, hal tersebut berkaitan dengan konsep diri dari remaja itu sendiri.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial teman sebaya ada pengaruhnya terhadap konsep diri remaja. Jika remaja mendapatkan dukungan sosial yang baik dari teman sebayanya, maka remaja tersebut akan memiliki konsep diri yang positif. Sebaliknya, jika remaja tidak mendapatkan dukungan sosial dari teman sebayanya, maka remaja tersebut akan cenderung memiliki konsep diri yang negatif.

E. Kerangka Berpikir

Keberadaan teman sebaya dalam kehidupan remaja merupakan keharusan. Pada remaja yang tinggal di pondok pesantren biasanya diwajibkan untuk mematuhi segala peraturan yang telah ditetapkan oleh pihak pondok pesantren. Selain itu remaja juga dituntut untuk mandiri dalam berbagai hal. Untuk itu, dalam hal ini remaja perlu mengembangkan dirinya dengan optimal. Salah satu hal penting dalam pengembangan diri remaja adalah pembentukan konsep diri. Konsep diri ini dapat terbentuk melalui proses umpan balik yaitu dengan interaksi antara individu dengan individu lain seperti pengurus pondok pesantren, guru atau ustadz, serta teman-teman sebayanya. Proses interaksi inilah yang memungkinkan individu menerima suatu tanggapan yang nantinya akan digunakan untuk menilai dan memandang dirinya sendiri. Rintandiyono & Retnaningsih (dalam Ananda & Sawitri, 2015) mengatakan bahwa ketika seorang individu yakin bahwa orang-orang yang penting baginya menyenangi mereka, maka mereka akan berpikir positif mengenai diri mereka.

Berdasarkan penelitian Ernawati & Piyungan (2011), remaja yang memiliki konsep diri negatif akan menunjukkan penilaian negatif terhadap diri dengan menganggap dirinya kurang dapat diterima oleh individu lain sehingga remaja cenderung akan berperilaku sama dengan remaja lain agar dapat diterima oleh remaja lain. Sedangkan remaja yang memiliki konsep diri yang positif akan memiliki pengharapan diri yang tinggi, menganggap dirinya dapat meraih masa depan yang baik.

Salah satu hal yang dapat mempengaruhi konsep diri pada remaja adalah adanya pengaruh dari teman sebaya. Pada remaja di pondok pesantren yang dalam kesehariannya lebih banyak menghabiskan waktu dengan teman sebayanya, sangat dimungkinkan memiliki pengaruh yang besar terhadap pembentukan konsep diri pada remaja. Karena dalam perkembangannya, remaja memiliki keinginan untuk menjalin hubungan pertemanan yang lebih akrab atau sering disebut dengan istilah *friendship* (persahabatan) dengan teman sebayanya (Desmita, 2014). Dalam hubungan pertemanan tersebut, remaja diberikan kesempatan untuk mengambil peran dan tanggung jawab baru melalui pemberian dorongan atau dapat disebut dengan istilah dukungan sosial. Dengan adanya dukungan sosial yang bersumber dari teman sebaya dapat membuat remaja memiliki kesempatan untuk melakukan berbagai hal yang belum pernah mereka lakukan serta belajar mengambil peran yang baru dalam kehidupannya.

Dalam penelitian yang di paparkan oleh Wulandari & Susilawati (2016) menyebutkan bahwa dukungan sosial berperan secara signifikan terhadap konsep diri remaja. Peran tersebut memiliki arti bahwa remaja dengan dukungan sosial yang tinggi mendapatkan dukungan yang berarti dari lingkungan sosial berupa teman sebaya yang membuat remaja merasa berharga, dicinta, diperhatikan, serta dianggap sebagai bagian dari kelompok atau lingkungan sekitar.

Berdasarkan kajian teori diatas dapat disimpulkan kerangka pemikiran dalam penelitian ini adalah dukungan sosial teman sebaya berpengaruh pada

konsep diri pada remaja/santri. Jika remaja/santri mendapatkan dukungan sosial yang baik dari teman sebayanya, maka remaja/santri tersebut akan memiliki konsep diri yang positif. Sebaliknya, jika remaja/santri tidak mendapatkan dukungan sosial dari teman sebayanya, maka remaja/santri tersebut akan cenderung memiliki konsep diri yang negatif.



F. Hipotesis

Berdasarkan teori-teori yang telah dikemukakan diatas, penulis mengajukan hipotesis yaitu “terdapat pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap konsep diri pada santri di Pondok Pesantren Darul Muta’alimin Petarukan Kabupaten Pematang”.’.