

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kata *self-esteem* cukup populer di kalangan Gen-Z saat ini, khususnya di kalangan pelajar atau siswa di sekolah. Harga diri (*self-esteem*) adalah persepsi seseorang terhadap dirinya sendiri berdasarkan pemahaman tentang dirinya sendiri, yang merupakan tanggapan subjektif tentang seberapa berharga pada dirinya. Menurut teori Neo-Piaget, harga diri adalah proses menciptakan gambaran diri dan definisi diri anak dipengaruhi oleh perkembangan kemampuan kognitif dirinya. Harga diri tidak dapat ditransfer atau diberikan kepada orang lain, karena sangat individual. Harga diri bersumber dari evaluasi diri sendiri serta penilaian orang lain, termasuk pengakuan. Sering kali masalah kesehatan fisik berdampak negatif pada harga diri seseorang, yang dapat mengarahkan pada penurunan harga diri (Febristi, 2020).

Harga diri seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor. Tanpa dukungan yang memadai, seseorang mungkin mengalami kesulitan dalam menghadapi tantangan hidup. Harga diri yang baik berperan dalam meningkatkan kepercayaan diri, kemampuan menerima kritik secara positif, serta keyakinan dalam mengatasi berbagai masalah. Pada dasarnya, harga diri mencerminkan bagaimana seseorang menilai dirinya sendiri, yang bisa dilihat melalui sikap positif dan juga negatif. Tingkat harga diri pada setiap individu bervariasi, mulai dari tingkat harga diri tinggi hingga rendah, bergantung pada bagaimana dirinya melihat dan menilai dirinya sendiri.

Masa remaja adalah tahap perkembangan yang melibatkan perubahan fisik, biologis, mental, emosional, dan psikososial. Selain itu, kesehatan fisik remaja juga menjadi aspek yang penting. Namun, ketika harapan mereka tidak terpenuhi, remaja dapat merasa tidak puas, kurang percaya diri, dan cenderung berpikiran negatif tentang dirinya sendiri. Oleh karena itu, penting untuk memantau perkembangan emosional mereka. Remaja yang mengalami kesulitan dalam berinteraksi sosial cenderung menarik diri, mudah bermusuhan, sering marah dan memiliki sedikit teman (Rakhman, 2022).

Berdasarkan data prevalensi *World Health Organization* (WHO) (2022), total populasi remaja di dunia mencapai 1,2 miliar atau berkisar 18% dari total populasi global. Di samping itu, prevalensi remaja dengan tingkat harga diri rendah di dunia diperkirakan mencapai 39%. Menurut data demografi di Amerika Serikat menunjukkan bahwa sekitar 15% dari populasi berusia 10 sampai 19 tahun. Sedangkan di Asia jumlah remaja sekitar 60% dari penduduk dunia. Harga diri rendah pada remaja sekitar 20-25% remaja di seluruh dunia. Kondisi ini berpotensi memperbesar risiko gangguan kesehatan mental, seperti kecemasan, depresi, serta perilaku menyakiti diri sendiri (*World Health Organization*, 2021). Menurut UNICEF (2021), Indonesia menunjukkan duapertiga dari proses pertumbuhan remaja berjumlah 270 juta penduduk atau 17% remaja berusia 10-19 tahun dengan struktur penduduk 48% perempuan serta 52% laki-laki. Selain itu, sekitar 30% remaja di Indonesia memiliki harga diri rendah yang disebabkan oleh tekanan sosial akademik, serta pengaruh lingkungan keluarga dan media sosial (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2021).

Sebagai survei kesehatan mental pertama di tingkat nasional, *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) bertujuan untuk menghitung prevalensi mengukur prevalensi masalah kesehatan mental di kalangan remaja berusia 10-17 tahun di Indonesia. Hasil survei ini mengungkapkan bahwa sebanyak 33.3% remaja mengalami masalah kesehatan mental, dan 10% di antaranya terdiagnosis mengalami gangguan kesehatan mental dalam kurun waktu 1 tahun terakhir. Jumlah tersebut setara dengan kurang lebih 15,5 juta remaja yang menghadapi gangguan kesehatan mental, sementara 2,42 juta diantaranya mengalami gangguan kesehatan mental. Dalam proses diagnosis, Indonesia mengacu pada *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Edisi Kelima* (DSM-5), untuk mengidentifikasi remaja yang telah terdiagnosis mengalami gangguan mental (I-NAHMS 2022). .

Sementara itu Provinsi DKI Jakarta menduduki peringkat ke-6 dalam kategori provinsi dengan populasi remaja yang tinggi, yakni mencapai 4,1% dari jumlah keseluruhan remaja di Indonesia. Sebagai tambahan, data demografis mencatat bahwa sekitar 57,94% remaja tinggal di wilayah perkotaan, sementara 42,06% lainnya tinggal di perdesaan. Apalagi remaja di DKI Jakarta memiliki harga diri yang rendah, terutama di wilayah perkotaan. Dinas Kesehatan Provinsi DKI Jakarta melakukan survei terhadap remaja, hasilnya menunjukkan sekitar 28% remaja mengalami masalah harga diri rendah akibat tekanan akademik, persaingan sosial yang intens, dan pengaruh media digital. Pada tahun 2022, jumlah remaja di Provinsi DKI Jakarta dengan usia 10 sampai 19 tahun ada sekitar 82% laki-laki serta 79% perempuan. Sementara, pada tahun 2023, jumlah remaja yang bertempat tinggal di wilayah Jakarta Selatan diperkirakan mencapai 33% remaja. Selain itu,

di Jakarta Selatan, baru-baru ini melaporkan bahwa sekitar 30% remaja yang menerima konseling mengalami masalah harga diri rendah (Dinas Kesehatan Provinsi DKI Jakarta 2023).

Berdasarkan temuan dari studi pendahuluan, penelitian yang dilaksanakan di SMPN 66 Jakarta Selatan melibatkan wawancara dengan 11 remaja, yang mencakup 6 laki-laki serta 5 perempuan. Menurut hasil wawancara, ditemukan 9 dari 11 remaja menyebutkan bahwa dukungan keluarga memiliki pengaruh positif terhadap harga diri mereka. Sedangkan, 2 dari 10 remaja merasa bahwa dukungan keluarga tidak berpengaruh terhadap harga diri mereka. Semua responden menyatakan bahwa akses terhadap media sosial juga memberikan pengaruh besar terhadap harga diri remaja.

Hasil penelitian Cindana 2023 dengan judul hubungan dukungan keluarga dengan *self acceptance* remaja yang orang tua bercerai di kelurahan jati karya kota binjai utara menunjukkan bahwa dukungan keluarga untuk remaja yang orang tua bercerai berada dalam kategori sedang. Analisis korelasi menunjukkan dengan nilai $p = 0,000 < 0,05$, yang menandakan adanya hubungan positif antara dukungan keluarga dan kemandirian remaja. Hasil analisis menunjukkan bahwa kategorisasi dukungan keluarga dan pengakuan diri tergolong sedang.

Penelitian oleh Purba, 2024 yang memiliki judul “Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial” menyebutkan ada pengaruh yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dan harga diri, sebagaimana ditunjukkan oleh nilai $p = 0.000 < 0,050$. Hasil ini mengindikasikan bahwa peningkatan intensitas penggunaan media sosial berbanding lurus dengan peningkatan harga diri. Berlawanan dengan itu, ketika intensitas penggunaan media sosial menurun, harga

diri cenderung lebih rendah juga. Temuan ini didukung oleh penelitian Dalila (2021), yang menyimpulkan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara intensitas penggunaan media sosial, khususnya instagram, dan harga diri.

Berdasarkan latar belakang masalah serta berbagai penelitian terkait yang telah dipaparkan, penulis termotivasi untuk meneliti lebih lanjut dalam sebuah penelitian yang memiliki judul “Hubungan Dukungan Keluarga Dan Penggunaan Media Sosial Dengan Harga Diri pada Remaja di SMP Negeri 66 Jakarta Selatan”.

1.2 Rumusan Masalah

Mengacu pada penjelasan latar belakang penelitian, rumusan masalah pada penelitian ini mencakup mengenai hubungan antara dukungan keluarga dan penggunaan media sosial dengan harga diri pada remaja di SMP Negeri 66 Jakarta Selatan.

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dan penggunaan media sosial dengan harga diri pada remaja di SMP Negeri 66 Jakarta Selatan

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui tingkat harga diri pada remaja di SMP Negeri 66 Jakarta Selatan
- 2) Mengetahui distribusi frekuensi faktor dukungan keluarga pada remaja di SMP Negeri 66 Jakarta Selatan
- 3) Mengetahui distribusi frekuensi faktor penggunaan media sosial pada remaja di SMP Negeri 66 Jakarta Selatan
- 4) Mengetahui hubungan faktor dukungan keluarga dengan tingkat harga diri pada remaja di SMP Negeri 66 Jakarta Selatan

- 5) Mengetahui hubungan faktor penggunaan media sosial berhubungan dengan tingkat harga diri pada remaja di SMP Negeri 66 Jakarta Selatan

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Sekolah SMP Negeri 66 Jakarta

Penelitian ini diharapkan dapat membantu, mengembangkan program bimbingan dan menjadi masukan bagi pihak sekolah terutama guru konseling atau menyediakan informasi yang berguna untuk merancang program intervensi yang dapat membantu siswa-siswi dalam meningkatkan harga diri remaja.

1.4.2 Bagi Remaja Sekolah Menengah Pertama (SMP)

Harapannya, hasil dari penelitian ini dapat dipergunakan sebagai referensi pembelajaran, memberikan informasi, serta dapat membantu memahami faktor-faktor yang berperan dalam membentuk harga diri, sehingga dapat meningkatkan kesadaran diri dan pengembangan pribadi yang tepat.

1.4.3 Bagi Program Studi Keperawatan Universitas Nasional

Penelitian ini memberikan referensi bagi perawat dan tenaga kesehatan dalam menyusun program yang mendukung kesehatan mental remaja, khususnya di lingkungan sekolah.

1.4.4 Bagi Peneliti

Penelitian ini memungkinkan peneliti untuk memahami dengan lebih baik serta dapat mengidentifikasi faktor-faktor yang berperan dalam membentuk tingkat harga diri pada remaja dan membantu memperluas wawasan ilmiah tentang masalah ini.