

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Harga diri dapat berkembang sepanjang kehidupan seseorang dan dapat dipengaruhi oleh peristiwa serta pengalaman yang terjadi sepanjang hidup (Saiful, 2020). Maslow (dalam Alwisol, 2018) menganggap sebenarnya harga diri adalah keperluan penting yang wajib terlaksana dan membagi keperluan akan harga diri menjadi dua kategori. Pertama, apresiasi mulai diri sendiri, yang mengambil keinginan demi mencapai kompetensi, memiliki kemandirian, kebebasan, kekuatan pribadi, dan kepercayaan diri. Individu perlu merasa mereka berarti dan bisa menghadapi berbagai tantangan hidup. Kedua, apresiasi dari orang lain, sebagai pengakuan atas prestasi.

Coopersmith (dalam Mruk, 2006) mengatakan bahwa tingkat harga diri setiap orang bervariasi, dan orang yang harga dirinya tinggi bisa secara baik mengekspresikan diri, mempunyai keyakinan diri, meraih kesuksesan dalam hal akademis, dan membangun hubungan sosial yang positif. Seseorang yang tingkat harga dirinya rendah menunjukkan gejala depresi, putus asa, membayangkan kegagalan, dan merasa kurang menarik serta merasa terisolasi dalam hubungannya. Han dan Kim (2020) juga mengatakan rendahnya harga diri juga merupakan faktor risiko depresi. Tingginya tingkat harga diri seseorang akan membuatnya mempunyai lebih sedikit gangguan afektif seperti depresi. Chavez dan Heatherton (2015) berpendapat bahwa orang yang harga dirinya tinggi menunjukkan lebih

bersedia terlibat dalam pengobatan untuk gangguan mereka dibandingkan mereka yang menunjukkan harga diri yang lebih rendah

Penelitian oleh Fazriyani dan Mubin (2021) serta Atmojo dan Purbaningrum (2021) mendukung hal ini, di mana penelitian tersebut menjelaskan bahwa tanda-tanda rendahnya harga diri pada seseorang mencakup adanya perasaan bahwa terdapat kesalahan pada dirinya, kecemasan yang berlebihan, kecenderungan untuk mengisolasi diri dalam kamar, kesulitan dalam berinteraksi sosial, merasa tidak memiliki nilai, perasaan berbeda, rasa malu yang mendalam, kurangnya kepercayaan diri, serta merasa tidak mampu untuk melakukan tugas atau aktivitas apa pun. Rosenberg (dalam Mruk, 2006) menjelaskan bahwa individu dengan harga diri tinggi merasa dirinya bernilai, tidak merasa lebih unggul dari orang lain, dan cenderung berusaha untuk berkembang dan memperbaiki diri. Sebaliknya, individu dengan harga diri rendah cenderung tidak mengakui kesalahan mereka, merasa sangat kecewa saat gagal, membesar-besarkan pengalaman negatif, serta merasa canggung, malu, dan tidak mampu mengekspresikan diri saat berinteraksi dengan orang lain.

Harga diri bukanlah hal yang tetap dan tidak berubah. Orang dapat mengalami perubahan dalam harga diri mereka, baik berupa peningkatan atau penurunan sementara dalam perasaan harga diri mereka maupun perubahan tingkat harga diri mereka secara keseluruhan dalam jangka panjang. Sebagai contoh, keberhasilan akademis, konflik di tempat kerja, atau peristiwa keluarga yang harmonis dapat menyebabkan fluktuasi sementara dalam harga diri (Orth dkk., 2018). Selain itu, peristiwa hidup yang penuh tekanan, seperti menjadi korban

kejahatan, dan transisi kehidupan, seperti memulai hubungan romantis yang memuaskan, dapat menyebabkan perubahan harga diri yang lebih permanen (Orth & Luciano, 2015).

Menurut Santrock (2007) setelah melalui berbagai perubahan dalam hidup, tingkat harga diri seseorang sering mengalami penurunan. Santrock (2007) juga mengatakan bahwa penurunan harga diri ini bisa terjadi pada masa transisi dari awal, menengah, akhir SMA, bahkan hingga ke jenjang perkuliahan atau yang biasa disebut dengan mahasiswa. Mahasiswa merupakan bagian dari masa *emerging adulthood* (Putri & Fernanda, 2018). Menurut Atwood dan Scholtz (dalam Wijaya & Saprowi, 2022) masa *emerging adulthood* merupakan periode peralihan yang menuntut individu mendalami percintaan, pendidikan, dan karir. Proses ini tidak mudah dan sering kali tidak sesuai harapan, menyebabkan *stress*, emosi tidak stabil, dan depresi (Wijaya & Saprowi, 2022).

Penelitian Arini (2021) menunjukkan bahwa ketidakstabilan hidup dan banyaknya opsi yang dirasakan oleh mahasiswa sebagai *emerging adults* dapat menimbulkan kebingungan dalam pengambilan keputusan. Tekanan untuk mencapai kesuksesan, persaingan kerja yang ketat, dan ketidakstabilan ekonomi juga memicu *stress*. Kecemasan menghadapi dunia kerja muncul dari kekhawatiran terhadap tanggung jawab dan tuntutan, minimnya peluang kerja, ketatnya persaingan, dan kurangnya pengalaman serta keterampilan (Setyowati & Indrawati, 2022). Mahasiswa yang berada pada masa *emerging adulthood* rentan terhadap krisis jika mereka tidak siap menghadapi dinamika sosial (Arini 2021).

Kepercayaan diri yang membuat mahasiswa merasa berharga mendorong mereka untuk dapat mengekspresikan diri dan mengemukakan pendapat dalam interaksi dengan lingkungan sekitarnya. Sebaliknya, mahasiswa dengan harga diri rendah cenderung merasa terisolasi atau diabaikan, yang membuat mereka enggan berinteraksi. Hal ini dapat menyebabkan kesulitan dalam beradaptasi dan mengutarakan perasaan serta pikiran mereka, karena mereka memiliki pandangan negatif terhadap diri sendiri (Hidayatullah & Alifah, 2022). Individu yang memiliki harga diri tinggi cenderung lebih berhasil dalam mengelola karier mereka. Alasannya yang pertama, orang dengan harga diri yang lebih positif cenderung lebih efektif dan fokus pada tujuan dalam pekerjaan mereka. Selain itu, mereka yang memiliki harga diri yang lebih tinggi mungkin meraih kesuksesan karena keinginan mereka untuk menunjukkan karakteristik positif mereka kepada diri sendiri dan orang lain (Judge & Kammeyer-Mueller, 2011).

Teori psikososial Erikson menyatakan bahwa masa *emerging adulthood* ditandai oleh hubungan yang erat dan penuh komunikasi. Internet mendorong kenyamanan interaksi *online* bagi *emerging adults* terutama mahasiswa, terlihat dari meningkatnya penggunaan media sosial mereka (Krisnadi & Adhandayani, 2022). Pertumbuhan pesat internet membawa berbagai fitur, termasuk media sosial (Widyawati, & Amalia, 2020). Basnet dan Auliya (2022) menunjukkan bahwa pengguna media sosial terbanyak kedua adalah pengguna yang berusia 18-25 tahun. Menurut *Georgia Institute of Technology* (dalam Liang & Shania, 2021) pengguna internet terbagi dalam *heavy users* (lebih dari enam jam per hari), *medium users* (tiga sampai enam jam per hari), dan *light users* (kurang dari tiga jam per hari).

Krisnadi & Adhandayani (2022) menemukan bahwa *emerging adults* seperti mahasiswa umumnya merupakan *heavy users*, menggunakan internet lebih dari enam jam per hari dengan media sosial sebagai aktivitas utama.

Menurut Arnett (dalam Coyne, dkk., 2013) mahasiswa sebagai *emerging adults* aktif menggunakan media sosial karena berguna untuk pengembangan otonomi pribadi, eksplorasi identitas, dan membangun relasi. Namun, kenyamanan internet memicu masalah sosial baru (Widyawati & Amalia, 2020) seperti kecanduan, gangguan kecemasan, depresi, dan bunuh diri (Vannucci, dkk., 2017). Media sosial sering menjadi *platform* perbandingan diri, yang dapat menimbulkan perasaan kurang berharga (Sudrajat, 2020). Padahal, Maslow (dalam Alwisol, 2018) sudah menyatakan bahwa lebih baik bagi individu untuk mendapatkan penghargaan dari dalam dirinya sendiri daripada mencari penghargaan eksternal. Ini karena penghargaan eksternal berada di luar kendali individu dan membuatnya bergantung pada orang lain.

Hal ini juga didukung oleh penelitian Ardiany dan Ardi (2022) yang menyatakan bahwa paparan berlebihan pada postingan menyenangkan di media sosial dapat menurunkan harga diri dan memengaruhi kesehatan mental individu. Penggunaan media sosial yang berlebihan juga dapat mengakibatkan penurunan produktivitas pada individu dan juga berpotensi memengaruhi aspek kesehatan mental seperti timbulnya perasaan kesepian (Canady, 2019). Daine dkk. (2013) juga mengatakan bahwa dengan mudahnya akses media sosial dapat menimbulkan dampak negatif, seperti memungkinkan terjadinya peniruan terhadap perilaku berbahaya dan *emerging adults* memiliki faktor risiko lebih tinggi untuk melakukan

peniruan dalam melihat konten yang mereka akses seperti peniruan terhadap perilaku menyakiti diri sendiri (*self-harm*) bahkan bunuh diri (Hawton, dkk., 2012).

Artikel oleh Romadhoni (2023) menuliskan tentang peristiwa tindakan bunuh diri mahasiswa Fakultas Hukum Universitas Diponegoro dengan cara gantung diri, yang disinyalir sebagai tindakan putus asa karena merasa gagal. Berdasarkan informasi dari kepolisian setempat, jenazah tersebut ditemukan oleh seorang warga yang sedang menggembala sapi. Hingga saat ini, motif di balik tindakan bunuh diri tersebut belum diketahui. Polisi belum memberikan informasi mengenai alasan korban memilih untuk menggantung diri. Rasa rendah diri bisa menjadi salah satu faktor yang memicu depresi, di mana depresi dan rasa putus asa memiliki hubungan positif dengan peningkatan kecenderungan bunuh diri pada individu. Individu yang mengalami depresi umumnya merasakan kesedihan, keputusasaan, dan rendah diri, sehingga meningkatkan risiko potensial untuk melakukan tindakan bunuh diri (Kusumayanti dkk., 2020).

Sesuai yang sudah dijelaskan oleh Coopersmith (dalam Mruk, 2006) dapat diketahui bahwa permasalahan atau perasaan *stress*, gangguan kecemasan, depresi, kesepian, menyakiti diri sendiri, dan tindakan bunuh diri merupakan bentuk rendahnya harga diri. Burn (dalam Solistiawati & Sitasari, 2015) mengungkapkan pembentukan harga diri dipengaruhi oleh lima faktor, yaitu citra diri (*body image*), pola asuh, sosial ekonomi, pengalaman, dan lingkungan. Coopersmith (dalam Mruk, 2006) juga menyoroti bahwa lingkungan keluarga termasuk faktor yang dapat memengaruhi tingkat harga diri, dengan salah satunya adalah *father*

involvement (keterlibatan ayah dalam pengasuhan) yang turut berperan dalam hal tersebut.

Harga diri telah berkembang setelah anak lahir (Refnadi, 2018). Proses perkembangan harga diri di masa itu sangat dipengaruhi oleh pengakuan, penerimaan, perhatian, serta penghargaan yang diterima dari orang-orang di sekitar lingkungan individu sejak ia masih kecil. Coopersmith (dalam Aryanti, dkk., 2019) mengatakan bahwa ketika harga diri individu tidak terpenuhi, besar kemungkinan untuk ia akan merasa tidak berarti dan rendah diri. Berlawanan dengan hal tersebut, terpenuhinya harga diri seseorang akan membuat ia merasa berarti dan berguna, yang pada akhirnya dapat mengalami perkembangan positif.

Father involvement memiliki dampak penting terhadap pembentukan konsep diri dan harga diri anak (Risnawati dkk., 2021). Maya dkk. (2018) juga mendukung hal ini, menunjukkan bahwa *father involvement* memengaruhi harga diri individu. Berns (dalam Septiani & Nasution, 2018) menguraikan bahwa konsep *father involvement* bukan hanya berinteraksi secara positif, tetapi juga meliputi pengawasan perkembangan anak, kenyamanan bersama anak, serta penerimaan dan pemahaman terhadap anak. Hedo (2020) menambahkan bahwa *father involvement* yang efektif dapat meningkatkan kemampuan anak dalam menghadapi stres, memecahkan masalah, meningkatkan rasa percaya diri, kualitas hidup selama masa *emerging adulthood*, serta mengurangi perilaku bermasalah. Namun, di Indonesia, keterlibatan ayah masih dianggap minim, yang menimbulkan tantangan dalam penerapan konsep *father involvement* yang efektif (Kamila & Mukhlis, 2013; Aryanti dkk., 2019).

Di Indonesia, budaya patriarki memengaruhi peran sosial laki-laki dan perempuan, dengan laki-laki mendominasi di ranah publik dan perempuan di rumah tangga (Septiani & Nasution 2018). Dalam konteks ini, ayah ideal terutama berperan sebagai pencari nafkah, yang mengakibatkan keterbatasan keterlibatan mereka dalam pengasuhan anak (Partasari, dkk., 2017). Ketiadaan figur ayah dikaitkan dengan *father hunger*, yang mengakibatkan kekurangan rasa percaya diri dan keberanian pada anak (Septiani & Nasution 2018). Selain itu, anak yang tumbuh tanpa figur ayah cenderung mengalami masalah dalam membangun keintiman dan seringkali mengalami kesulitan dalam bergaul serta memiliki harga diri yang rendah, karena kekurangan dalam pembentukan *attachment* yang aman dengan ayah (Ashari, 2018; Praptomojati, 2018).

Penelitian mengenai *father involvement* dan harga diri penting dilakukan karena peran ayah dalam keluarga telah berubah secara signifikan di banyak masyarakat. Salah satu faktor utama yang membedakan pola asuh masa lalu dengan masa kini adalah kemajuan zaman dan teknologi. Orang tua kini dapat memperoleh informasi mengenai pengasuhan anak dari berbagai sumber, termasuk media sosial (Sugitanata, 2024). Penelitian ini dapat memberikan pemahaman tentang bagaimana keterlibatan ayah yang lebih aktif dan modern mempengaruhi perkembangan anak, khususnya dalam hal harga diri mereka.

Alasan lain yang membuat penelitian ini penting adalah terdapat inkonsistensi yang mana beberapa penelitian menunjukkan bahwa pada masa *emerging adulthood* terutama ketika menjadi mahasiswa sering terjadi permasalahan yang mengakibatkan turunnya harga diri. Namun, Robbins (dalam

Orth dkk., 2018) mengatakan bahwa selama satu atau dua dekade terakhir, penelitian telah menentang gagasan ini. Studi longitudinal secara umum menunjukkan bahwa, rata-rata harga diri meningkat dari masa remaja hingga dewasa pertengahan, mencapai puncaknya pada usia sekitar 50 hingga 60 tahun, dan kemudian menurun pada usia tua (Orth & Robins, 2014).

Beberapa penelitian sudah ada yang membahas mengenai hubungan *father involvement* dengan harga diri, namun penelitian dengan sasaran mahasiswa masih sangat minim. Penilaian mengenai hubungan *father involvement* dengan harga diri juga perlu dilihat pada mahasiswa karena pada fase ini sering terjadi permasalahan yang mengakibatkan turunnya harga diri seperti yang sudah dijelaskan di atas. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk menggali lebih dalam terkait hubungan antara *father involvement* dengan harga diri pada mahasiswa pengguna media sosial berat di Fakultas Hukum Universitas Diponegoro.

B. Rumusan Masalah

Masa *emerging adulthood* sering kali ditandai dengan penurunan harga diri, disebabkan oleh kebingungan, stres, dan depresi saat mencari jati diri. Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat memperparah masalah ini karena membandingkan diri dengan orang lain dapat menimbulkan perasaan kurang berharga. Salah satu faktor yang mempengaruhi harga diri adalah lingkungan keluarga, khususnya peran ayah (*father involvement*). Namun, di Indonesia, keterlibatan ayah masih minim akibat budaya patriarki yang dianut sebagian besar masyarakat. Berdasarkan permasalahan tersebut, maka rumusan masalah pada

penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan antara *father involvement* dengan harga diri pada mahasiswa pengguna media sosial berat di Fakultas Hukum Universitas Diponegoro?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *father involvement* dengan harga diri pada mahasiswa pengguna media sosial berat di Fakultas Hukum Universitas Diponegoro.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberi kontribusi teoritis pada perkembangan ilmu psikologi, terutama di bidang psikologi perkembangan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi partisipan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi partisipan terkait pentingnya *father involvement* dan harga diri.

b. Bagi orang tua partisipan

Peneliti juga berharap dengan adanya penelitian ini orang tua terutama para ayah mendapatkan informasi tentang hubungan antara *father involvement* dengan harga diri.

c. Bagi lembaga yang berkaitan dengan *parenting*

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai pentingnya *father involvement* dan harga diri anak sehingga lembaga *parenting* dapat mengembangkan program yang juga fokus pada peran pengasuhan ayah dalam pengasuhan anak.