

DUKUNGAN SOSIAL REMAJA PADA YAYASAN KAMPUNG HALAMAN

Nilam Infadira Mayzurih
Fakultas Psikologi
Universitas Ahmad Dahlan
Surel : nilaminfadira99@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan penulisan ini untuk memperoleh gambaran mengenai dukungan sosial pada remaja yang tergabung dalam komunitas Yayasan Kampung Halaman. Metode pengambilan data yang digunakan adalah observasi dan wawancara. Hasil data di lapangan dan kajian pustaka menunjukkan bahwa dukungan sosial yang diberikan komunitas mampu mengarahkan pada perilaku yang positif pada remaja.

Kata kunci : dukungan sosial,yayasan kampung halaman

PENDAHULUAN

Menurut Mighwar, (2006) istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata Latin *adolescere* yang berarti “ tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”. Bangsa primitif demikian pula orang-orang zaman purbakala memandang masa puber dan masa remaja tidak berbeda dengan periode-periode lain dalam rentang kehidupan, anak dianggap sudah dewasa dan mampu mengadakan reproduksi.

Menurut Michael (2004) dukungan sosial adalah sebagai dukungan yang berasal dari luar lingkungan seperti teman, tetangga, teman kerja, dan orang-orang lainnya. Sarafino (1994) dukungan sosial adalah suatu kesenangan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan dari orang lain atau kelompok. Lebih lanjut dukungan sosial diartikan sebagai dukungan yang terdiri dari informasi atau nasehat verbal dan atau non-verbal, bantuan nyata, atau tindakan yang diberikan oleh keakraban atau didapat karena kehadiran orang yang mendukung serta hal ini mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima.

Menurut Monks (1999) remaja adalah individu yang berusia antara 12-21 tahun yang sedang mengalami masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, dengan pembagian 12-15 tahun masa remaja awal, 15-18 tahun masa remaja pertengahan dan 18-21 tahun masa remaja akhir.Hurlock (1999) menyatakan bahwa masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa,

dimulai saat anak secara seksual matang dan berakhir saat ia mencapai usia matang secara hukum.

Dalam menjalani proses transisi, remaja memerlukan dukungan dari orang lain yang berada di sekitarnya. Safarino(1990) mengungkapkan bahwa dukungan Sosial mengacu Pada kesenangan yang dirasakan, penghargaan atau kepedulian, atau membantu orang menerima sesuatu dari orang lain Atau kelompok lain. Tujuan penulisan ini untuk mengetahui peran dukungan sosial pada remaja yang tergabung dalam komunitas Yayasan Kampung Halaman.

PEMBAHASAN

Menurut Tarmidi & Kambe (2010) dukungan sosial dapat diaplikasikan ke dalam lingkungan keluarga, yaitu orangtua. Jadi dukungan sosial orang tua adalah dukungan yang diberikan oleh orangtua kepada anak/remajanya baik secara emosional, penghargaan, informasi atau pun kelompok. Dukungan orang tua berhubungan dengan kesuksesan akademis remaja, gambaran diri yang positif, harga diri, percaya diri, motivasi dan kesehatan mental.

(Taylor, dkk., 2009) Dukungan sosial bisa efektif dalam mengatasi tekanan psikologis pada masa sulit dan menekan. Misalnya, dukungan sosial membantu remaja. Dukungan sosial juga membantu memperkuat fungsi kekebalan tubuh, mengurangi respons fisiologis terhadap stress remaja, dan memperkuat fungsi untuk merespons penyakit kronis. Hubungan sosial dapat membantu hubungan psikologis, memperkuat praktik hidup sehat, dan membantu pemulihan dari sakit hanya ketika hubungan itu bersifat sportif. Dukungan sosial mungkin paling efektif apabila ia “tidak terlihat”. Ketika kita mengetahui bahwa ada orang lain yang akan membantu kita, kita merasa ada beban emosional, yang mengurangi efektivitas dukungan sosial yang kita trima. Tetapi ketika dukungan sosial itu diberikan secara diam-diam, secara otomatis, berkat hubungan baik kita, maka ia dapat mereduksi stres dan meningkatkan kesehatan.

Menurut Kumalasari & Ahyani (2012) dukungan sosial selalu mencakup dua hal yaitu, jumlah sumber dukungan sosial yang tersedia, merupakan persepsi individu terhadap sejumlah orang yang dapat diandalkan saat individu membutuhkan bantuan (pendekatan berdasarkan kuantitas). Tingkat kepuasan akan dukungan sosial yang diterima yaitu berkaitan dengan persepsi individu bahwa kebutuhannya akan terpenuhi (pendekatan berdasarkan kualitas). Dukungan sosial bukan sekedar pemberian bantuan, tetapi yang penting adalah bagaimana persepsi si penerima terhadap makna dari bantuan tersebut. Hal itu erat hubungannya dengan ketepatan dukungan sosial yang diberikan, dalam arti bahwa orang yang menerima sangat

merasakan manfaat bantuan bagi dirinya karena sesuatu yang aktual dan memberikan kepuasan.

Menurut (Sarafino, 2006) bentuk dukungan sosial yaitu, dukungan emosional dan penghargaan, dukungan emosional itu seperti, ungkapan empati, perhatian, maupun kepedulian terhadap individu yang bersangkutan. Dukungan instrumental dukungan ini seperti, bantuan atau uang bisa juga berupa bantuan dalam pekerjaan sehari-hari. Dukungan informasi dukungan berupa nasihat, pengarahan, umpan balik atau nasihat mengenai apa yang dilakukan individu yang bersangkutan. Dukungan persahabatan dukungan yang berupa adanya kebersamaan, kesediaan dan aktivitas social yang sama.

Menurut Smet, (1994) terdapat empat jenis atau dimensi dukungan sosial yaitu, dukungan emosional yaitu mencakup ungkapan empati, kepedulian dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan (misalnya: umpan balik dan penegasan). Dukungan penghargaan yaitu terjadi lewat penghargaan positif untuk individu itu, dorongan maju atau persetujuan dengan gagasan atas perasaan individu, dan perbandingan positif individu itu dengan individu lain, misalnya orang-orang yang kurang mampu atau lebih buruk keadaannya (menambah harga diri). Dukungan instrumental mencakup bantuan langsung, seperti kalau orang-orang memberi pinjaman uang kepada orang itu atau menolong dengan pekerjaan pada waktu mengalami stres. Dukungan informatif mencakup memberi nasehat, petunjuk-petunjuk, saran-saran atau umpan balik.

Berdasarkan hasil observasi wawancara pada remaja serta dilakukan studi pustaka, menunjukkan bahwa dukungan orang tua berhubungan dengan kesuksesan akademis remaja dari minat belajarnya, gambaran diri yang positif, harga diri, percaya diri, motivasi dan kesehatan mental. Dukungan sosial juga membantu memperkuat fungsi kekebalan tubuh, mengurangi respons fisiologis terhadap stress remaja, dan memperkuat fungsi untuk merespons penyakit kronis. Hubungan sosial dapat membantu hubungan psikologis, memperkuat praktik hidup sehat.

Hasil tersebut mendukung penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Tentama (2015) bahwa dukungan sosial memiliki kontribusi dalam berbagai kasus seperti, komunitas yang mengalami *post-traumatic stress disorder* (PTSD), anak yang mengalami *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) (Tentama, 2012), individu yang mengalami gangguan stress pascatrauma (Tentama, 2014), anak yang memiliki gangguan hiperaktif (Tentama, 2009; 2012) maupun komunitas pada remaja yang melakukan penyimpangan sosial.

KESIMPULAN

Dukungan sosial yang diberikan komunitas mampu mengarahkan pada perilaku yang positif pada remaja. Kesehatan mental dan perilaku remaja akan lebih

terkontrol dengan adanya dukungan sosial dari teman sebaya, orang tua maupun komunitas sehingga dapat memperkuat praktik hidup sehat. Remaja akan terhindar dari kondisi abnormal maupun perilaku menyimpang.

DAFTAR PUSTAKA

- Dwi, F. I. (2009). Hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan prokratinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa fakultas psikologi universitas diponegoro Semarang. *Skripsi*. Universitas Diponegoro: Semarang.
- Kumalasari, F., & Ahyani, L. N. (2012). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi: PITUTUR*, 1(1), 19-28.
- Purba, Johana, et al. (2007). Pengaruh dukungan sosial terhadap burnout pada guru. *Jurnal Psikologi*, 5(1), 77-87.
- Kumalasari, F & Latifah, N. A. (2012). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. *Jurnal Psikologi: PITUTUR*, 1(1), 19-28.
- Tentama, F. (2009). Peran orang tua dan guru dalam menangani perilaku hiperaktifitas pada anak ADHD di SLB Negeri 3 Yogyakarta, *Kes Mas*, 3(1), 51-57.
- Tentama, F. (2012). *Peran guru tentukan pendidikan anak hiperaktif*. Suara Merdeka, 74.
- Tentama, F. (2012). *Peran orangtua mendidik anak ADHD*. Republika, 116.
- Tentama, F. (2014). *Peran dukungan sosial pada gangguan stres pascatrauma*. Republika, 095.
- Tentama, F. (2015). Dukungan sosial dan post-traumatic stress disorder pada remaja penyintas Gunung Merapi. *Jurnal Psikologi Undip*, 13(2), 133-138.