

Kualitas Persahabatan dan Harga Diri Mahasiswa Muslim

The Friendship Quality and Self-Esteem of Muslim Students

Ima Fitri Sholichah¹, Prianggi Amelasasih², Muhimmatul Hasanah³

^{1,2}*Program Studi Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik, Gresik, Indonesia*

³*Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Insitut Pesantren Sunan Drajat, Lamongan, Indonesia*

Abstract: Self-esteem is a basic human need for normal and healthy development in the process of life. One of the factors forming self-esteem is the friendship quality. Friends are cognitive and affective resources that can strengthen individual self-esteem. This study aims to empirically examine the role of friendship quality on self-esteem. The research participants were 100 Muslim students. The measuring instrument used is Friendship Quality Scale and Self-Esteem Scale. This study employs quantitative approach with linear regression analysis techniques. The results shows that the friendship quality plays a role in affecting the level of self-esteem at Muslim students ($F = 5.093$, $R = 0.22$, $p < 0.05$). That means that the higher of friendship quality, the higher the level of self-esteem at Muslim students.

Key words: Friendship quality, self-esteem, muslim students

Abstrak: Harga diri merupakan kebutuhan dasar manusia untuk berkembang normal dan sehat dalam proses kehidupan. Salah satu faktor pembentuk harga diri yaitu kualitas persahabatan. Teman merupakan sumber daya kognitif dan afektif yang dapat memperkuat harga diri individu. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris peranan kualitas persahabatan terhadap harga diri. Subjek penelitian ini adalah 100 mahasiswa muslim. Alat ukur yang digunakan adalah Skala Kualitas Persahabatan dan Skala Harga Diri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis regresi linier. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas persahabatan berperan dalam mempengaruhi tinggi rendahnya harga diri pada mahasiswa muslim ($F = 5.093$, $R = 0.22$, $p < 0.05$). Semakin tinggi kualitas persahabatan maka semakin tinggi pula harga diri pada mahasiswa muslim.

Kata kunci: Kualitas persahabatan, harga diri, mahasiswa muslim

Korespondensi tentang artikel ini dapat dialamatkan kepada Ima Fitri Sholichah melalui e-mail: ima_fitri@umg.ac.id

Keberlanjutan eksistensi manusia dimuka bumi dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu faktor fisiologis dan faktor psikologis. Faktor fisiologis didapatkan dari makan dan hal-hal yang menunjang kesehatan fisik seseorang. Sedangkan

faktor psikologis berasal dari berbagai hal yang dapat menunjang kesehatan mental, seperti halnya harga diri (Putri, 2016). Harga diri merupakan kebutuhan dasar manusia untuk berkembang normal dan sehat dalam proses kehidupan. Apabila harga diri pada individu rendah maka akan berakibat negatif pula pada psikologis individu tersebut. Rendahnya harga diri menggambarkan perasaan negatif terhadap diri sendiri, hilangnya kepercayaan, dan merasa gagal untuk mencapai keinginannya. Sebaliknya jika harga diri pada individu tinggi diyakini menjadi dasar perkembangan mental yang sehat dan kesejahteraan hidup (Wandono, 2017).

Harga diri salah satu kebutuhan dasar manusia yang berkontribusi penting pada proses kehidupan yang diperlukan untuk perkembangan yang normal dan sehat sehingga memiliki nilai untuk bertahan hidup (Putri, 2016). Harga diri mengandung pengertian “siapa dan apa diri saya”. Harga diri diperoleh dari diri sendiri dan orang lain yaitu dicintai, dihormati, dan dihargai (Budiman et al., 2011). Dengan demikian diharapkan bahwa setiap individu memiliki harga diri yang tinggi agar terhindar dari permasalahan mental. Namun faktanya tidak semua individu memiliki harga diri yang tinggi, begitupula pada mahasiswa. Beberapa mahasiswa masih minder, merasa kurang berharga di lingkungan sekitarnya, dan memandang dirinya rendah. Harga diri dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu jenis kelamin, keluarga, kualitas persahabatan, pencapaian prestasi, dan diri sendiri (Lutan, 2003), lingkungan sosial (Budiman et al., 2011; Lutan, 2003; Malik, 2019), pengalaman, sosial ekonomi, teman sebaya (Budiman et al., 2011).

Salah satu hal yang mempengaruhi harga diri pada mahasiswa yaitu kualitas persahabatan. Individu yang memiliki kualitas persahabatannya tinggi akan dapat memelihara hubungan yang positif dengan teman-teman secara jujur dan dapat memelihara harga diri yang tinggi (Okada,

2012). Hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa harapan atau ekspektasi sangat beragam, tergantung pada apa yang telah diperoleh individu pada tahap perkembangannya. Pada usia remaja hingga masa dewasa persahabatan dipandang sebagai relasi yang memberi dampak positif. Oleh karena itu sahabat adalah hubungan antar individu yang menyenangkan dan didominasi dengan adanya perasaan dan hubungan timbal balik Cavanaugh & Blanchard-Fields, 2006).

Kualitas persahabatan perlu diupayakan, karena dengan memiliki seorang sahabat atau menjalin persahabatan dengan baik itu dinilai penting dan fundamental. Hal ini didasarkan karena persahabatan dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis yang rendah, meminimalisir gangguan psikologis, meminimalisir resiko tingkat kematian yang tinggi, meningkatkan prestasi akademik (Aiken, 2002). Kesejahteraan psikologis memiliki hubungan positif dengan kesehatan mental (Chen et al., 2017).

Mendelson dan Aboud (2012) berpendapat bahwa kualitas persahabatan proses bagaimana fungsi persahabatan seperti dalam sebuah hubungan pertemanan, bantuan, kedekatan, kualitas hubungan yang dapat diandalkan, pengakuan diri, rasa aman secara emosional. Sullivan berpendapat bahwa persahabatan berperan penting untuk memenuhi kebutuhan sosial individu (Santrock, 2012). Persahabatan dapat terjalin karena adanya kedekatan yang sangat akrab, adanya perasaan kesamaan akan sesuatu serta kenyamanan diri. Individu yang memiliki kualitas persahabatan yang baik akan memiliki perasaan saling melengkapi satu sama lain, saling berbagi cerita suka dan duka, dapat belajar saling mengerti dan memahami, dan juga menjadi individu lebih dewasa dan lebih bersikap bijak dalam menjalani kehidupan (Smith, 2015).

Kualitas persahabatan dan harga diri ini menjadi penting untuk diteliti di kalangan mahasiswa muslim karena menyebabkan beberapa resiko dan dapat berdampak buruk. Sebagai mahasiswa muslim yang memiliki nilai-nilai agama Islam akan memberikan dorongan psikologis bagi mahasiswa untuk melakukan perilaku-perilaku yang positif dalam kehidupannya. Selain itu, nilai-nilai agama Islam yang diyakini oleh mahasiswa juga dapat mendorong mahasiswa untuk menghadapi berbagai permasalahan. Berdasarkan hal tersebut maka mahasiswa muslim akan memandang dirinya sebagai individu yang berharga.

Harga diri dianggap penting karena berpengaruh pada kegiatan baik secara akademik ataupun non akademik. Keinginan untuk diterima secara sosial dan dihargai oleh teman sebaya mempengaruhi kepuasan hidup individu (Corsano et al., 2017). Hubungan persahabatan dinilai sangat penting bagi kehidupan individu sehari-hari. Individu yang memiliki kualitas persahabatan yang rendah dapat melakukan penarikan diri secara sosial atau harga diri yang menurun (Atik et al., 2014).

Sehingga dapat diasumsikan mahasiswa yang memiliki kualitas persahabatan yang tinggi akan mempunyai harga diri yang tinggi pula. Seperti yang sudah dipaparkan sebelumnya, terdapat kesenjangan pada beberapa hasil penelitian tentang kualitas persahabatan dan harga diri. Banyak penelitian yang menunjukkan kualitas persahabatan berpengaruh pada harga diri seseorang. Sehingga perlu adanya penelitian lanjutan untuk meninjau kualitas persahabatan dan harga diri pada mahasiswa muslim.

Metode

Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif bertujuan untuk menguji hipotesis dan membangun hubungan atau

pengaruh antara variabel yang secara metodologis bersifat deduktif di mana teori-teori yang dijadikan acuan merupakan proposisi yang dapat diuji keterkaitannya. Pendekatan kuantitatif dilakukan melalui metode survei, yaitu pengisian skala oleh subjek penelitian.

Sampel

Subjek dalam penelitian ini sejumlah 100 mahasiswa dengan karakteristik:

- 1) berjenis kelamin laki-laki dan perempuan,
- 2) beragama muslim,
- 3) rentang usia antara 18 tahun sampai 25 tahun,
- 4) bersedia mengisi *informed consent*.

Pengumpulan Data

Pada prinsipnya, penelitian merupakan pengukuran fenomena sosial maupun alam. Untuk dapat tercapainya keberhasilan penelitian, maka dibutuhkan teknik dan alat pengumpulan data yang sesuai dengan masalah yang akan diteliti.

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumenskala psikologi yaitu Skala *Friendship Quality* (FQUA) dengan 21 item yang dikembangkan oleh Hills dan Arglye (2002) dan Skala *Self Esteem Inventory* (SEI) versi pendek dengan 25 item yang disusun oleh CooperSmith (1967).

Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode analisis statistik. Peneliti menggunakan teknik analisis regresi. Semua analisis data dilakukan dengan program *Statistical Package Program for Social Science* (SPSS) versi 25.

Hasil

Reliabilitas Data

Reliabilitas Skala *Friendship Quality* (FQUA) menunjukkan koefisien *Cronbach's Alpha* sebesar 0,934. Skala *Self Esteem Inventory* (SEI) versi pendek memiliki nilai reliabilitas dengan koefisien *Cronbach's Alpha* sebesar 0,709.

Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan sebelum melakukan uji hipotesis sebagai prasyarat analisis terhadap data penelitian. Uji asumsi yang dilakukan dalam penelitian sebagai berikut:

1. Uji Normalitas

Tabel 1. Uji Normalitas

Variabel	Nilai p	Keterangan
KP	0,913	Normal
HD	0,056	Normal

Keterangan:

KP = Kualitas Persahabatan

HD = Harga Diri

Berdasarkan uji normalitas dapat disimpulkan bahwa data dalam penelitian ini memenuhi uji normalitas.

2. Uji Linearitas

Tabel 2. Uji Linearitas

Variabel	P deviation from linearity	p linearity	Ket
KP*HD	0,213	0,02	Linear

Keterangan:

KP = Kualitas Persahabatan

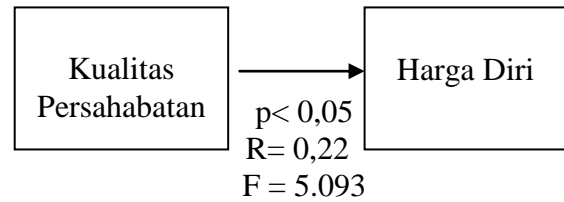
HD = Harga Diri

Berdasarkan uji linearitas dapat disimpulkan bahwa data dalam penelitian ini memenuhi uji linearitas.

Tabel 1 dan tabel 2 menunjukkan bahwa data penelitian telah memenuhi uji asumsi. Selanjutnya akan dilakukan uji hipotesis menggunakan statistik parametrik

dengan analisis regresi linier dalam menganalisis data penelitian.

Uji Hipotesis



Gambar 1 Hasil Uji Hipotesis

Berdasarkan gambar 1 di atas menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima. Artinya kualitas persahabatan berperan dalam mempengaruhi tinggi rendahnya harga diri mahasiswa muslim. Nilai pengaruh kualitas persahabatan mahasiswa muslim sebesar 0,22 ($p < 0,05$) terhadap harga diri mahasiswa muslim.

Pembahasan

Manusia adalah makhluk sosial yang memiliki kebutuhan dasar dalam diri seperti hubungan interpersonal. Persahabatan merupakan komponen yang sangat penting dari hubungan interpersonal sepanjang hidup. Hubungan persahabatan bergantung pada kepekaan dan kepuasan bersama terhadap kebutuhan teman untuk saling berkomunikasi. Teman sangat penting terutama bagi mahasiswa yang mengalami masa perkembangan yang sangat signifikan dalam hidupnya. Hal ini dikarenakan teman sebaya dapat mempengaruhi penyesuaian dan perkembangan yang lebih baik dalam masa perkembangan mahasiswa.

Berdasarkan uji regresi linier yang telah dilakukan, ditemukan bahwa kualitas persahabatan berperan dalam mempengaruhi tinggi rendahnya harga diri pada mahasiswa muslim. Harga diri dapat diartikan sebagai seberapa positif atau negatif evaluasi terhadap diri sendiri. Harga diri dipengaruhi secara positif oleh

kualitas persahabatan yang baik (Raboteg-Saric & Sakic, 2013). Hubungan persahabatan merupakan salah satu hubungan sosial yang mahasiswa miliki, jika hubungan ini terjalin dengan kualitas yang baik maka dapat meningkatkan harga diri pada mahasiswa tersebut.

Kualitas persahabatan didefinisikan sebagai hubungan timbal balik antar individu yang berlandaskan prinsip kesetaraan dan sukarela serta saling berbagi kasih sayang, saling memperhatikan, dan menjalani aktivitas bersama-sama (Lana & Indrawati, 2021). Dalam menjalin sebuah hubungan interpersonal, mahasiswa yang memiliki kualitas hubungan yang baik dengan sahabat akan mendapatkan kebahagiaan, solidaritas, perasaan dinilai dan dihargai meningkat. Selain itu, adanya perasaan diterima oleh orang-orang disekitarnya akan membentuk pandangan yang positif pada dirinya.

Pandangan mengenai diri individu yang dievaluasi secara positif atau negatif merupakan bentuk dari harga diri. Harga diri mahasiswa muslim dipengaruhi salah satunya dari faktor nilai kebaikan yang dipegang oleh mahasiswa. Faktor nilai kebaikan tersebut ditandai dengan adanya ketaatan mahasiswa dengan nilai ajaran Islam. Menurut Jalaluddin (2010) agama berfungsi sebagai sistem yang memuat norma-norma tertentu dalam kehidupan individu. Agama dapat dijadikan sebagai cara pandang dalam membentuk dan mengevaluasi diri individu. Mahasiswa yang bisa mematuhi nilai-nilai agama Islam akan mampu menilai dan menerima dirinya sebagai mahasiswa muslim yang positif.

Dari hasil analisis data, didapatkan bahwa ada pengaruh positif dan signifikan antara kualitas persahabatan dan harga diri pada mahasiswa muslim. Artinya, semakin tinggi kualitas persahabatan maka semakin tinggi pula harga diri pada mahasiswa muslim. Dengan kata lain, bisa dikatakan bahwa jika mahasiswa muslim memiliki

hubungan yang baik dengan sahabatnya akan membawa pada kondisi merasa dihargai dan dimaknai keberadaannya oleh orang-orang disekitar. Didukung oleh penelitian yang dilakukan Okada (2012) bahwa persahabatan memiliki hubungan dengan harga diri pada mahasiswa di Jepang. Hasilnya bahwa individu yang tingkat persahabatannya tinggi akan dapat memelihara hubungan yang positif dengan teman sebayanya, sehingga dapat memelihara harga diri mereka.

Mahasiswa yang kurang berinteraksi dengan teman dekat, mudah menimbulkan hambatan dalam hidup, kepribadian dan kemampuan bersosialisasi di masa depan. Beberapa mahasiswa menyatakan bahwa individu dengan kualitas persahabatan yang tinggi lebih mudah untuk bekerja sama dengan orang lain dan memiliki lebih banyak karakteristik perilaku sosial dibandingkan dengan mahasiswa yang memiliki kualitas persahabatan rendah.

Individu yang memiliki kualitas persahabatan yang tinggi akan memiliki harga diri yang tinggi. Hal tersebut disebabkan karena persahabatan memungkinkan seseorang untuk berhubungan secara intim dan aktif. Seperti pendapat Hartup dan Stevens bahwa persahabatan memainkan peran penting dalam kehidupan seseorang dan menyatakan bahwa sahabat merupakan sumber afeksi dan kognitif yang dapat memperkuat harga diri dan kesejahteraan (Okada, 2012). Hubungan dengan teman sebaya yang berkembang lebih kompleks akan dapat membantu individu mengembangkan identitas diri. Individu akan meluangkan waktu untuk berinteraksi dengan sahabat diberbagai situasi dan menghabiskan waktu bersama, sehingga individu memiliki kebutuhan untuk memperoleh kebersamaan, penerimaan sosial, keakraban, dan relasi sosial (Dariyo, 2018).

Simpulan

Temuan dalam penelitian ini menunjukkan kualitas persahabatan merupakan salah satu faktor fungsi psikososial yang mempengaruhi harga diri. Dapat dilihat bahwa tingkat kualitas persahabatan individu akan mempengaruhi harga diri. Semakin tinggi kualitas persahabatan, semakin tinggi tingkat penerimaan dan pengakuannya individu oleh orang lain, dan semakin tinggi evaluasi individu terhadap harga diri pada mahasiswa muslim.

Saran

Bagi mahasiswa perlu meningkatkan rasa saling memiliki antar sahabat. Hal ini akan meningkatkan harga diri antar teman. Orang terdekat mempunyai peran penting terhadap psikologis seseorang, sehingga adanya hubungan yang baik antar mahasiswa akan terciptanya saling menghargai.

Bagi peneliti selanjutnya dapat menggunakan sampel yang lebih general dan beragam kelompok etnis untuk meningkatkan generalisasi hasil sehingga penelitian dapat menunjukkan perspektif kualitas persahabatan dan harga diri secara luas. Studi lebih lanjut juga bisa mengumpulkan data untuk membandingkan perbedaan pada masa remaja, masa dewasa madya dan dewasa akhir

Acknowledgement

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik yang telah mendukung dan membantu memberikan data serta informasi dalam tujuan penelitian ini.

Daftar Pustaka

Aiken, L.R. (2002). *Human development in adulthood*. New York; Boston; Dordrecht; London; Moscow;

Kluwer Academic Publisher.

Atik, E. Z., Çok, F., Esen Çoban, A., Doğan, T., & Güney Karaman, N. (2014). Akran ilişkileri ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması{dotless}: Geçerlik ve güvenirlik çalı{dotless}şması{dotless}. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 14(2), 440–446. <https://doi.org/10.12738/estp.2014.2.1778>.

Budiman, Juhaeriah, J., & Rahmawati, F. (2011). Faktor-faktor yang mempengaruhi akibat perceraian orang tua Di Sma Negeri 3 Subang. *Industrial Research Workshop and National Seminar.*, 226–230. <https://jurnal.polban.ac.id/proceeding/article/view/389/264>.

Chen, W., Hua, M., Yu, S., Wang, X., & Ulrich, D. (2017). Association of Positive Psychological Wellbeing and BMI with Physical and Mental Health among College Students. 1089–1097. <https://doi.org/10.26717/BJSTR.2017.01.000370>.

Corsano, P., Musetti, A., Caricati, L., & Magnani, B. (2017). Keeping secrets from friends: Exploring the effects of friendship quality, loneliness and self-esteem on secrecy. *Journal of Adolescence*, 58, 24–32. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.04.010>.

Dariyo, A. (2018). Hubungan Antara Persahabatan dan Kecerdasan Emosi dengan Kepuasan Hidup Remaja. *Journal Psikogenesis*, 5(2), 168. <https://doi.org/10.24854/jps.v5i2.505>

Jalaluddin. (2010). *Psikologi Agama*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

- Lana, M. C. D., & Indrawati, K. R. (2021). Peranan kualitas persahabatan dan kecerdasan emosional pada kebahagiaan remaja. *Jurnal Psikologi Udayana*, 8(1), 5607. <https://doi.org/10.24843/JPU.2021.v08.i01.p010>.
- Lutan, R. (2003). *Self Esteem Yang Sehat: Teknik Pengembangan*. Bagian Proyek Peningkatan Mutu Organisasi dan Tenaga Keolahragaan Dirjen Olahraga Depdiknas.
- Malik, F. U. (2019). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Harga Diri Remaja Di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. *Universitas Medan Area*, 1–88.
- Malinauskas, R., & Malinauskiene, V. (2018). *The mediation effect of Perceived Social Support and Perceived Stress on the relationship between Emotional Intelligence and Psychological Wellbeing in Male Athletes*. 65(December), 291–303. <https://doi.org/10.2478/hukin-2018-0017>.
- Mendelson, M. J., & Aboud, F. (2012). Measuring Friendship Quality in Late Adolescents and Young Adults: McGill Friendship Questionnaires. *Canadian Journal of Behavioral Science* 31(2), 130-132. doi: 10.1037/h0087080.
- Okada, R. (2012). *Friendship Motivation, Aggression, and Self-Esteem in Japanese Undergraduate Students*. 3(1), 7–11. <https://doi.org/10.4236/psych.2012.31002>.
- Putri, A. (2016). Hubungan Antara Persahabatan Dengan Self Esteem. *Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*, 8–9.
- Raboteg-Saric, Z., & Sakic, M. (2013). Relations of parenting styles and friendship quality to self-esteem, life satisfaction and happiness in adolescents. *Applied Research In Quality Of Life*, 9(3), 749-765. doi: 10.1007/s11482-013-9268-0
- Robins, R. and Trzesniewski, K. (2005). Self-esteem development across the lifespan. *Current Directions In Psychological Science*, 14(3), pp.158-162.
- Sagone, E., Elvira, M., & Caroli, D. (2014). Relationships Between Psychological Well-Being And Resilience In Middle And Late Adolescents. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 141, 881–887. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.05.154>.
- Santrock, W. J. (2012). *Life-Span Development Jilid 1*. Penerbit Erlangga.
- Smith, R. L. (2015). Adolescents' emotional engagement in friends' problems and joys: Associations of empathetic distress and empathetic joy with friendship quality, depression, and anxiety. *Journal of Adolescence*, 45, 103–111. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2015.08.020>.
- Wandono, W. A. (2017). Upaya peningkatan harga diri rendah pada pasien depresi. *Jurnal psikologi*, 4, 2.
- Wulandari, S. (2016). *Penyesuaian Diri Siswa Kelas X Smk Santa Maria Jakarta*. 14(2), 94–100.