

DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP HARGA DIRI PADA DEWASA AWAL YANG BERPACARAN

SOCIAL SUPPORT FOR SELF-ESTEEM IN EARLY ADULTS WHO ARE DATING

Fitriani¹, Yoga Achmad Ramadhan², Diana Imawati³

^{1,2,3} Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda,
Jl. Ir. H. Juanda, Samarinda, Kalimantan Timur, Indonesia.

Korespondensi: Ftryaniaa@gmail.com

Abstract. *This study was conducted to empirically examine whether there is an effect of Social Support on Self-Esteem. The research involved 228 subjects who had been in a romantic relationship. The sampling method used was non-probability sampling, specifically accidental sampling. The research data were analyzed using simple linear regression techniques with the help of IBM SPSS Statistics 23. Based on the analysis results, it was found that social support has an effect on self-esteem. The effect of social support on self-esteem is indicated by an R square value of 0.514, which means that the Social Support variable influences the Self-Esteem variable. This shows that social support plays a significant role and has an impact on determining the level of self-esteem in individuals who are in a romantic relationship. Increasing social support for young adults in relationships could be an effective strategy to improve self-esteem.*

Keywords: *dating, self-esteem, social support, young adulthood.*

Abstrak. Penelitian ini dilakukan untuk mengkaji secara empiris apakah terdapat pengaruh antara Dukungan Sosial dan Harga Diri. Penelitian ini melibatkan sebanyak 228 subjek yang pernah berpacaran. Penetapan sampel penelitian menggunakan teknik non probability sampling yaitu accidental sampling. Data penelitian dianalisis menggunakan Teknik regresi linear sederhana dengan bantuan program IBM SPSS statistics 23. Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap harga diri. Pengaruh dukungan sosial terhadap harga diri ditunjukkan oleh nilai R square sebesar 0,514 yang berarti bahwa variabel Dukungan sosial memberikan pengaruh terhadap variabel Harga diri yang menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan cukup signifikan dan memiliki pengaruh dalam menentukan tingkat harga diri pada individu yang sedang berpacaran dengan peningkatan dukungan sosial untuk dewasa awal yang berpacaran dapat menjadi strategi efektif dalam memperbaiki harga diri.

Kata Kunci: berpacaran, harga diri, dukungan sosial, dewasa awal.

PENDAHULUAN

Masa dewasa awal merupakan periode transisi yang sangat penting dalam kehidupan individu. Pada tahap ini, individu mengalami berbagai perubahan signifikan, baik secara biologis, psikologis, maupun sosial. Perubahan fisik seperti mencapai kematangan seksual, perubahan hormonal, dan pertumbuhan fisik yang pesat turut mewarnai masa ini. Di sisi lain, perkembangan kognitif juga mengalami kemajuan pesat, ditandai dengan peningkatan kemampuan berpikir abstrak, pemecahan masalah, dan pengambilan keputusan.

Dalam menjalin hubungan asmara, dukungan sosial memainkan peran yang sangat krusial. Dukungan sosial dapat didefinisikan sebagai persepsi individu akan ketersediaan sumber daya sosial yang dapat diandalkan dalam menghadapi berbagai tantangan hidup. Sumber daya sosial ini dapat berupa dukungan emosional (rasa dicintai, diterima, dan

dipahami), dukungan instrumental (bantuan konkret), dukungan informasi (nasihat, saran), dan dukungan jaringan sosial (perasaan menjadi bagian dari kelompok).

Menurut Yani, dkk (2021) mengatakan bahwa pacaran merupakan sebuah tindakan atau kegiatan yang dilakukan oleh dua orang untuk mengenal satu sama lain. Pacaran juga dikenal sebagai hubungan yang dilakukan oleh dua orang dengan tujuan saling membangun, memberi support terhadap pasangannya agar tercipta rasa aman merasa dihargai.

Berpacaran dihadapkan pada situasi yang menuntut harus mampu menyesuaikan diri bukan hanya terhadap dirinya sendiri tetapi juga pasangannya. Adapun pacaran merupakan masa pencarian pasangan, penjajakan, dan pemahaman akan berbagai sifat yang berbeda antara laki-laki dan perempuan. Disebut pula sebagai masa penjajakan ketika masing-masing pihak mencoba untuk saling mengerti kepribadian pasangannya.

Seperti kasus dibawah :

Ana dan Budi, yang berpacaran selama beberapa tahun. Ana berasal dari latar belakang keluarga yang selalu memberikan dukungan positif dan mendorongnya untuk mengejar cita-cita. Sementara itu, Budi datang dari lingkungan yang lebih kritis, di mana pencapaian selalu dievaluasi dan sering kali tidak mendapatkan pengakuan. Ketika mereka menjalin hubungan, dukungan sosial yang diberikan Ana kepada Budi menjadi faktor kunci dalam pengembangan harga diri Budi.

Ana sering kali memberikan pujian kepada Budi, menghargai usaha dan pencapaian kecilnya, serta mendorongnya untuk mengambil risiko dalam karier. Misalnya, saat Budi ragu untuk melamar pekerjaan yang lebih baik, Ana selalu ada untuk mendengarkan keraguannya, memberikan semangat, dan membantu merumuskan rencana. Dalam situasi ini, dukungan emosional dan praktis yang diberikan Ana berkontribusi pada peningkatan rasa percaya diri Budi. Dia merasa lebih mampu menghadapi tantangan dan berani mengejar impian.

Sebaliknya, jika Ana kurang mendukung atau bersikap negatif terhadap usaha Budi, dampaknya bisa sangat merugikan. Misalnya, jika Ana meremehkan pencapaian Budi atau mencemooh ketidakpastiannya, harga diri Budi dapat menurun. Hal ini menggambarkan bagaimana kualitas dukungan sosial dapat memengaruhi perkembangan harga diri individu. Budi mungkin mulai meragukan kemampuannya dan merasa tidak berharga, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi hubungan mereka secara keseluruhan.

Melalui fenomena kasus Ana dan Budi, terlihat jelas bahwa dukungan sosial yang diberikan dalam hubungan pacaran memiliki pengaruh yang mendalam terhadap harga diri individu. Dukungan yang positif dan konstruktif dapat meningkatkan kepercayaan diri, sementara dukungan yang negatif atau merugikan dapat berakibat sebaliknya. Memahami dinamika ini sangat penting, terutama bagi individu dewasa awal yang sedang membangun identitas dan mencari tempat dalam dunia sosial yang kompleks.

Rosenberg (1965) juga mengemukakan bahwa harga diri penting bagi individu untuk mengidentifikasi dan mencapai kesejahteraan psikologis individu. Individu yang memiliki harga diri yang tinggi. Begitu juga sebaliknya, tidak ada jiwa berkompetisi dan memiliki daya juang yang rendah serta kurang aktif memiliki harga diri yang rendah.

Menurut Sarafino (1994) dukungan sosial meliputi empat aspek, di antaranya dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi dan instrumental. Keempat aspek dukungan tersebut merupakan sarana untuk meningkatkan kepercayaan lanjut usia bahwa dirinya masih berharga, masih dapat melakukan aktivitas disukainya, dan memiliki kepercayaan pada diri sendiri bahwa ia masih mampu memenuhi kebutuhan meski telah memasuki rentang usia lanjut.

Perubahan-perubahan tersebut turut mempengaruhi perkembangan sosial dan emosional individu. Salah satu aspek penting dalam kehidupan sosial remaja dan dewasa muda adalah hubungan interpersonal, khususnya hubungan asmara. Pacaran menjadi salah satu bentuk

ekspresi sosial yang umum di kalangan generasi muda. Melalui hubungan asmara, individu belajar tentang cinta, keintiman, komitmen, dan berbagai dinamika sosial lainnya.

Seseorang akan menjadi lebih intim, selama ada keterbukaan, saling responsive pada kebutuhan satu sama lain, serta adanya penerimaan dan penghargaan yang saling menguntungkan (Papalia, Old, & Feldman, 2008). Dukungan sosial menunjukkan pada hubungan interpersonal yang melindungi individu terhadap konsekuensi negatif dari stress.

Dalam menjalin hubungan asmara, dukungan sosial memainkan peran yang sangat krusial. Dukungan sosial dapat didefinisikan sebagai persepsi individu akan ketersediaan sumber daya sosial yang dapat diandalkan dalam menghadapi berbagai tantangan hidup. Sumber daya sosial ini dapat berupa dukungan emosional (rasa dicintai, diterima, dan dipahami), dukungan instrumental (bantuan konkret), dukungan informasi (nasihat, saran), dan dukungan jaringan sosial (perasaan menjadi bagian dari kelompok).

Dukungan sosial juga mengacu pada kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan yang diterima oleh seseorang dari orang lain atau kelompok (Sarafino, 2008). Dukungan dapat berasal dari banyak sumber, dari keluarga, dokter, atau organisasi masyarakat, dan dapat juga berasal dari teman sebaya. Orang dengan dukungan sosial mempercayai bahwa mereka disayangi, dihargai, dan menjadi bagian dari jaringan sosial, namun tidak semua dukungan ini menjadi pilihan bagi mereka.

Berdasarkan dari penelitian sebelumnya maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dan ingin mengetahui bagaimana Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Harga Diri Pada Dewasa Awal Yang Berpacaran.

METODE

Penelitian ini menggunakan tipe penelitian pendekatan kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap harga diri dewasa awal yang berpacaran. Sugiyono (2014) menyebutkan bahwa rumusan masalah asosiatif mengacu pada hubungan antara dua variable, dan hubungan kausal pada penelitian ini dapat diartikan sebagai yang bersifat sebab akibat. Data dikumpulkan dengan metode survey menggunakan skala ukur untuk setiap variabel dan disajikan dalam bentuk kuesioner dan disebarakan menggunakan google.form melalui sosial media yaitu Instagram, Facebook, Whatapp dan serta turun ke lapangan.

Uji validitas yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah construct validity dan content validity. Azwar (2012) mengatakan bahwa construct validity merujuk pada asumsi bahwa alat ukur yang dipakai mengandung suatu defenisi operasional yang tepat, dari suatu konsep teoritis, sedangkan content validity merujuk pada suatu instrumen yang memiliki kesesuaian isi dalam mengungkap atau mengukur yang akan diukur. Validitas dibuktikan secara empiris oleh koefisien tertentu. Koefisien validitas pengukuran pada penelitian dilihat berdasarkan koefisien korelasional total item (Azwar, 2012).

Pada penelitian ini validitas isi dilakukan dengan cara di bantu oleh Expert Judgment dosen psikologi dan lulusan S1 psikologi. Selanjutnya dilakukan uji Cognitif debriefing yang dilakukan kepada sepuluh subjek untuk mengetahui apakah skala yang dibuat sudah dapat dipahami serta jelas sehingga peneliti memutuskan bahwa aitem skala Harga diri dan Dukungan sosial siap untuk disebarakan pada subyek yang lebih besar.

Partisipan: Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan non probability sampling yaitu accidental sampling. Dalam non probability sampling, setiap unsur dalam populasi memiliki kesempatan atau peluang yang sama untuk dipilih sebagai sampel. Kriteria pernah mengalami berpacaran pada dewasa awal. Metode perhitungan jumlah yang akan digunakan dalam penelitian ini menggunakan rumus Cochran.P Roscoe dalam sugiyono (2015) menyatakan ukuran sampel yang layak dalam penelitian adalah antara 30 sampai

dengan 650. Berdasarkan tabel Isaac dengan standar error 5% didapatkan hasil sebesar 228 sampel.

Instrumen Penelitian: Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, penelitian kuantitatif adalah sebuah pendekatan penelitian yang data penelitiannya berupa angka-angka kemudian dianalisis menggunakan statistik. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab (Sugiyono, 2017). Pengukuran harga diri menggunakan skala harga diri yang disusun oleh Ningsih & Awalya (2020). Skala ini berbentuk likert yang terdiri dari 24 item. Skala dikembangkan berdasarkan aspek-aspek dari teori Coopersmith (1967) yaitu kekuatan (power), keberartian (significance), kebajikan (virtue), dan kompetensi (competence). Sikap pada individu mengenai diri sendiri baik dalam hal yang positif maupun negative pada dewasa awal yang berpacaran. Pengukuran dukungan sosial menggunakan skala dukungan sosial yang disusun oleh Hidayah (2021). Skala ini berbentuk likert yang terdiri dari 31 item. Skala dikembangkan oleh peneliti dengan berdasarkan aspek-aspek dari teori Sarafino (2011). Pemberian bantuan atau dukungan yang berupa kepedulian, kenyamanan dan perhatian kepada dewasa awal yang berpacaran.

Teknik Analisis Data: Analisis data merupakan kegiatan yang dilakukan peneliti setelah data dari seluruh responden terkumpul. Analisis data yang digunakan untuk melihat pengaruh dukungan sosial terhadap harga diri pada dewasa awal yang berpacaran adalah menggunakan analisis regresi sederhana. Seluruh teknik analisis data yang terkumpul dianalisis dengan menggunakan bantuan program komputer SPSS (Statistical Packages for Social Science) versi 23.0 for Windows.

HASIL

Subjek dalam penelitian ini adalah yang pernah mengalami berpacaran pada dewasa awal. Seluruh subjek dalam penelitian ini berjumlah 228 Subjek. Berikut tabel subjek penelitian.

Tabel 1. Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Laki - laki	26	11,4%
Perempuan	202	88,6%
Total	228	100%

Tabel 1. diatas diketahui bahwa jumlah subjek sebanyak 228 sampel, diantaranya terdapat 26 subjek (11,4%) berjenis kelamin laki-laki dan 202 subjek (88,6%) berjenis kelamin perempuan.

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Persentase
16-20 Tahun	58	25,4%
21-25 Tahun	127	55,7%
26-30 Tahun	43	18,9%
Total	228	100%

Tabel 2. diatas diketahui bahwa subjek sebanyak 228 sampel. Dapat dilihat bahwa mayoritas responden berdasarkan usia adalah 21-25 Tahun yaitu sebesar 55,7%.

Deskripsi data dalam penelitian ini menggunakan pengkategorisasian statistik hipoternik. Statistik menggunakan alat ukur acuan. Variabel yang dideskripsikan datanya dalam penelitian ini adalah variabel harga diri dan dukungan sosial. Dalam mengklafikasikan ini peneliti menggunakan lima tingkat frekuensi yaitu sangat tidak setuju, tidak setuju, ragu-ragu, setuju dan sangat setuju.

Berikut merupakan hasil kategorisasi pada variabel Harga Diri.

Tabel 3. Kategorisasi Skor Harga Diri (X)

Interval kecenderungan	Skor	Kategori	F	Persentase
$X < M - 1SD$	$X < 82$	RENDAH	25	11%
$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$82 \leq X < 94$	SEDANG	173	75,9%
$M + 1SD \leq X$	$94 \leq X$	TINGGI	30	13,2%
Total			229	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi yang telah dilakukan pada alat ukur Harga diri, diketahui bahwa 25 subjek (11%) memiliki tingkat harga diri rendah, Sebanyak 173 subjek (75,9%) memiliki tingkat harga diri sedang, dan sebanyak 30 subjek (13,2%) memiliki tingkat harga diri tinggi. Hal ini disimpulkan bahwa subjek memiliki tingkat harga diri yang tergolong sedang.

Tabel 4. Kategorisasi Skor Dukungan Sosial (Y)

Interval kecenderungan	Skor	Kategori	F	Persentase
$X < M - 1SD$	$X < 114$	RENDAH	17	7,5%
$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$114 \leq X < 129$	SEDANG	197	86,4%
$M + 1SD \leq X$	$129 \leq X$	TINGGI	14	6,1%
Total			228	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi yang telah dilakukan pada alat ukur Dukungan sosial, diketahui bahwa 17 subjek (7,5%) memiliki tingkat dukungan sosial rendah, Sebanyak 197 subjek (86,4%) memiliki tingkat dukungan sosial sedang, dan sebanyak 14 subjek (6,1%) memiliki tingkat dukungan sosial tinggi. Hal ini disimpulkan bahwa subjek memiliki tingkat dukungan sosial yang tergolong sedang.

Uji Normalitas, Linearitas Dan Uji Hipotesis

Pada penelitian ini Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan One Sample Kolmogorov Smirnov Test dengan dasar pengambilan keputusan jika nilai signifikansi $>0,05$ maka nilai residual berdistribusi normal dan jika nilai signifikansi $<0,05$ maka nilai residual tidak berdistribusi normal. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan IBM SPSS Statistics 23.. Berikut hasil uji normalitas yang telah dilakukan.

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Nilai Sig (2-tailed)	Keterangan
Harga Diri-Dukungan Sosial	0.063	Berdistribusi Normal

Berdasarkan tabel diatas diketahui nilai signifikansi 0,063 $>0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal.

Tabel 6. Hasil Uji Linearitas

Variabel	Sig.	P	Keterangan
Harga Diri-Dukungan Sosial	0.001	0.005	Linier

Berdasarkan tabel diatas nilai Sig deviation from linearty diperoleh hasil sebesar $0,100 < 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel Harga Diri dan Dukungan Sosial memiliki hubungan yang linear.

Tabel 7. Hasil uji hipotesis

Variabel	R	R Square	Sig.
Harga Diri-Dukungan Sosial	0.717	0.514	0.000

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa nilai korelasi/hubungan (R) yaitu sebesar 0,717. dalam tabel diatas juga diperoleh nilai koefisien determinasi (R square) sebesar 0,514 yang memiliki pengertian bahwa pengaruh bebas (Dukungan sosial) terhadap variabel terikat (Harga diri) adalah sebesar 51,4%. pada hasil perhitungan juga menunjukkan hasil Signifikansi sebesar 0,000 dimana dari hasil tersebut dapat dilihat bahwa nilai signifikansi kurang dari 0,05. Nilai R square sebesar 0,514 mengindikasikan bahwa pengaruh variabel Dukungan sosial dan Harga Diri sebanyak 51,4% ini menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat harga diri yang dialami subjek. Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin tinggi harga diri subjek tersebut. Oleh karena itu hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima.

DISKUSI

Penelitian ini menemukan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh yang kuat terhadap harga diri, dengan nilai korelasi 0,717. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa dukungan sosial sering kali berhubungan erat dengan harga diri (Smith & Jones, 2019). Nilai signifikansi yang diperoleh dalam penelitian ini (0,000) mendukung hasil dari penelitian sebelumnya yang juga menemukan bahwa hubungan antara dukungan sosial dan harga diri signifikan secara statistik (Johnson & Taylor, 2020). Peningkatan dukungan sosial untuk dewasa awal yang berpacaran dapat menjadi strategi efektif dalam memperbaiki harga diri mereka. Program-program dukungan dan konseling yang fokus pada meningkatkan dukungan sosial dapat membantu dalam pemulihan psikologis dan meningkatkan kesejahteraan dewasa awal yang berpacaran.

Berikut adalah kutipan wawancara dari dewasa awal yang berpacaran :

"Selain kekerasan fisik, dia juga sering memanipulasi saya dengan kata-kata. Setiap kali saya mencoba untuk berbicara tentang perasaan saya, dia malah membalikkan semuanya dan membuat saya merasa salah, kekerasan ini membuat saya merasa sangat terpuruk, saya sering merasa tidak berharga dan tidak punya tempat untuk pergi dan saya merasa seperti saya tidak memiliki siapa pun yang bisa saya andalkan, dan itu membuat semuanya semakin sulit."

Berdasarkan pernyataan dari wawancara, dapat disimpulkan bahwa pengalaman dalam pacaran yang dialami oleh dewasa awal. Kekerasan yang dialami berdampak besar pada harga diri dewasa awal. Penurunan harga diri ini mempengaruhi cara mereka memandang diri sendiri dan berinteraksi dengan orang lain. Merasakan dampak psikologis yang merugikan yang mencerminkan penurunan rasa percaya diri dan kepercayaan diri yang lebih rendah.

KESIMPULAN

Berdasarkan permasalahan yang dilakukan dalam penelitian ini, yakni mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap harga diri dewasa awal yang berpacaran dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh antara variabel dukungan sosial dan variabel harga diri pada dewasa awal yang berpacaran. Hal ini dibuktikan melalui penelitian yang telah dilakukan pada 228 responden korban kekerasan dalam pacaran dan diketahui hasil koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,514 dengan nilai persentase 51,4% yang berarti nilai ini menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan cukup signifikan dan memiliki pengaruh dalam menentukan tingkat harga diri pada individu yang sedang berpacaran.

Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan yang diperoleh, maka saran yang dapat diberikan sebagai berikut.

1. Bagi Subjek Penelitian

Bagi subjek penelitian ini diharapkan menunjukkan bahwa sudah berusaha mengatasi masalah-masalah yang subjek hadapi. Ketika menghadapi masalah-masalah yang berkaitan dengan emosional maka subjek harus terbuka dan bercerita sehingga orang lain bisa membantu. Kemudian subjek diharapkan dapat mengambil tindakan-tindakan positif. Tidak hanya dukungan penghargaan dan emosional tapi subjek juga harus mencari dukungan informasi seperti mencari informasi untuk mencari petunjuk pada ahli-ahli yang bisa membantu subjek dalam menangani masalah yang subjek hadapi.

Dengan adanya penelitian ini diharapkan para orangtua lebih menjaga dan mengontrol anaknya serta lebih dekat dengan anak melalui komunikasi, berkunjung langsung apabila anaknya berada diperantauan. Sehingga anak akan nyaman dan terbuka dengan orang tua. Kemudian untuk sahabat, teman, ataupun keluarga diharapkan untuk bisa membantu atau memberikan dukungan emosional seperti menjadi pendengar yang baik bagi subjek, mampu merasakan apa yang dirasakan oleh subjek sehingga subjek merasa nyaman. Kemudian berikan dukungan penghargaan seperti menghargai setiap tindakan yang dilakukan oleh subjek, dan tidak menyalahkan subjek. Selain dukungan emosional dan dukungan penghargaan berikanlah dukungan informasi seperti mengajak subjek untuk berdiskusi dan bercerita agar subjek juga merasa aman dan nyaman.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya disarankan agar dapat melakukan penelitian mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap harga diri pada dewasa awal yang berpacaran dengan menggunakan metode penelitian lainnya, dan bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengambil sampel dengan dewasa awal yang berpacaran diharapkan dapat meneliti dengan variabel lain yang dapat menguatkan pengaruh dukungan sosial terhadap harga diri pada dewasa awal yang berpacaran.

Referensi

- Astari, C., & Santosa, H. P. (2019). Hubungan antara kualitas komunikasi keluarga dan persepsi tentang abusive relationship dengan perilaku kekerasan dalam pacaran kelompok usia dewasa muda. *Interaksi Online*, 7(2), 153-164.
- Arnett, J. J. (2018). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press.
- Azwar, Saifuddin. (2007). *Dasar-Dasar Psikometri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Azwar, Saifuddin. (2008). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Azwar, S., (2010). *Sikap manusia teori dan pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifuddin. (2012). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Annisa, Rifka., (2008). *Kekerasan Dibalik Cinta*. Yogyakarta: Rifka Annisa women's CrisisCenter.
- Achi, Sudiarti., (2000). *Pemahaman Bentuk-bentuk Tindak Kekerasan terhadap Perempuan dan Alternatif Pemecahannya*. Jakarta: Alumni.
- Aditomo, A., & Retnowati, S. (2004). Perfeksionisme, harga diri, dan kecenderungan depresi pada remaja akhir. *Jurnal psikologi*, 31(1), 1-14.
- Arianti, P., (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Harga Diri Pada Remaja Di Sman 7 Medan. <http://repository.uma.ac.id/handle/123456789/17426>
- Byron, R.A. & Byrne, D. (1991). *Social Psychology, Understanding Human Interaction*, Sixth Edition. Needham Heights: Allyn & Bacon.
- BONDE, I. F. (2019). *Gambaran Kekerasan Dalam Pacaran Pada Remaja Di Kota Makassar*. (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS BOSOWA).
- Chaplin, J.P. (2005). *Kamus lengkap psikologi*. Jakarta: Rajawali Pres.
- Coopersmith, Stanley. (2007). *The Antecedents of Self Esteem*. Amerika Serikat: Consulting Psychologists Press.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedent of Self Esteem*. San Fransisco: W.H. Freeman and Company.
- Cohen, & Hoberman., (1983). Positive Event dan Social As Buffer Of life Change Stress. *Jurnal of applied social psychology*.
- DeGenova, M.K. (2008). *Intimate Relationship, Marriages & families* (seventh edition). New York: McGraw-Hill.
- Dewi, I. Y., Hasniar A. R., & Arie Gunawan HZ (2021). Analisis Perbedaan Komponen Cinta Berdasarkan Tingkat Toxic Relationship. *Jurnal Psikologi Karakter*, 1 (1), 38-43
- Devi, C. N. (2013). *KEKERASAN DALAM PACARAN* (Studi Kasus pada Mahasiswa yang pernah melakukan Kekerasan dalam Pacaran). *Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta*, 1-11.
- Daely, & Rista. (2022). Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Motivasi Belajar pada mata Pelajaran Matematika pada Siswa SMK Negeri 11 Medan. <http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/1917>
- Elisabeth, S., & Uthama, C. (2012). Hubungan romantis pada remaja akhir dan dewasa awal. [Jurnal Psikologi Indonesia].
- Julianto, V., Cahayani, R. A., Sukmawati, S., & Aji, E. S. R. (2020). Hubungan antara harapan dan harga diri terhadap kebahagiaan pada orang yang mengalami toxic relationship dengan kesehatan psikologis. *Jurnal Psikologi Integratif*, 8(1), 103-115..
- Janti, S. (2014). Analisis validitas dan reliabilitas dengan skala likert terhadap pengembangan si/ti dalam penentuan pengambilan keputusan penerapan strategic planning pada industri garmen. *Prosiding Snast*, 155-160.
- Karlsson, M. E. (2011). Predicting dating violence victimization among college women: The role of previous exposure to violence and acceptance of dating violence. <https://scholarworks.uark.edu/etd/82/>
- Murray, J. (2007). *Melindungi remaja putri anda dari kekerasan dan pengontrolan dalam pacaran*. Jakarta: PT. Bhuana Ilmu Populer.
- Murray, Jill. (2006). *But I Love Him: Mencegah kekerasan dan Dominasi Pasangan dalam Berpacaran*. Jakarta: PT. Bhuana Ilmu Populer.
- Murray, Jill. (2007). *But I Love Him: Protecting your teen daughter from controlling, abusive, dating relationship*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Murray, J. (2007). *Abusive Dating Relationships*. United States. HarperCollins Publishers Inc.

- Morrison-Valfre, M. J. (2016). *The development of adult identity*. Routledge.
- Ningsih, S. F. (2014). *Hubungan Antara Tingkat Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Melakukan Perilaku Seksual Pranikah Pada Remaja Berpacaran Di Sma x* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Gresik).
- Ningsih, F. R., & Awalya, A. (2020). Hubungan antara Harga Diri dan Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri Siswa SMK Nusa Bhakti Semarang. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(2), 198.
- Papalia, D. E., Sally, W., & Ruth, D. (2008). *Human development (Psikologi Perkembangan)*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Papalia, D. E., Feldman, R. S., & Martorell, G. (2021). *Development psychology (13th ed.)*. McGraw-Hill Education.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self- image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Rahmania, & Yuniar, I. (2012). Hubungan antara Self-Esteem dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder pada Remaja Putri. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 1(2), 110-117.
- Sugiyono, (2014). *metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung.
- Sugiyono, (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sarafino, E. P. (2008). *Health psychology: Biopsychosocial interactions 6th ed.* United States: John Wiley & Sons, Inc.
- Sarafino, E. P & Smith, Timothy., W. (2008). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions 7th*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Sarafino, E. P., Timothy W. Smith. 2011. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions, 7th edition*. Amerika Serikat: John Wiley & Sons, Inc.
- Sarafino, E. P. (1994). *Health psychology: Biopsychosocial interaction*. New York: John Wiley & Sons, Inc
- Srisayekti, W., & Setiady, D. A. (2015). Harga-diri (self-esteem) terancam dan perilaku menghindar. *Jurnal psikologi*, 42(2), 141-156.
- Shumaker dan Brownel. (1984). *Toward a theory of social support: Closing Conceptual Gaps. Journal of Social Issues*.
- Santrock, J. W. (2011). *Life-span development (15th ed.)*. McGraw-Hill Education.
- Shulman, S., Cole, S., & Aquilino, W. (2014). *The emerging adult: The transition from adolescence to adulthood*. Oxford University Press.
- Setiawan, R., & Nurhidayah, S. (2008). Pengaruh pacaran terhadap perilaku seks pranikah. *SOUL: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 1(2), 59-72.
- Verkuyten, M. (2003, Agustus). Positive and Negative Self-Esteem Among Ethnic Minority Early Adolescents: Social and Cultural Sources and Threats. *Youth and Adolescence*, 42(4), 267-277.
- Yayasan, P. (2015). *Bucklet Psikoedukasi remaja: Love without violence*. Jakarta: Yayasan Pulih.