

Aktualisasi diri pada Tim Pendamping Keluarga: Bagaimana peranan dukungan sosial?

Aisyah Lutfiani Sasongko¹

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No. 45 Surabaya

Eben Ezer Nainggolan²

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru No. 45 Surabaya

Sayidah Aulia Ul Haque³

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945, Jl. Semolowaru No. 45 Surabaya

E-mail: Lutfianisyah22@gmail.com

Abstract

This research aims to determine the relationship between social support and self-actualization in the stunting family support team in the city of Surabaya. This research is a type of quantitative research using correlational research. The subjects in this research were 376 volunteers from the Stunting Family Assistance Team in Surabaya City. The data collection method used was through distributing questionnaires online using Google Forms using a 5 point Likert scale. The data analysis technique used in this research is a simple linear regression analysis technique. The results of this research show that for every 1% increase in the value of social support, self-actualization will increase by 0.284. The regression coefficient is positive, so it can be said that the direction of the influence of social support (variable X) on actualization (variable Y) is positive. Based on the significance value obtained from the table, it can be concluded that the social support variable influences self-actualization.

Keywords: Social Support, Self-Actualization, Family Support Team

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan aktualisasi diri pada Tim Pendamping Keluarga stunting di Kota Surabaya. penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan penelitian korelasional. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 376 relawan Tim Pendamping Keluarga stunting di Kota Surabaya. metode pengumpulan data yang digunakan melalui penyebaran kuesioner secara online menggunakan google formulir dengan menggunakan skala likert 5 poin. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik analisis regresi linier sederhana. Adapun hasil penelitian ini menunjukkan setiap penambahan 1% nilai dukungan sosial maka aktualisasi diri akan bertambah 0,284. Koefisien regresi bernilai positif, sehingga dapat dikatakan bahwa arah pengaruh dukungan sosial (variabel X) terhadap aktualisasi (variabel Y) adalah positif. Berdasarkan nilai signifikansi yang diperoleh dari tabel dapat disimpulkan bahwa variabel dukungan sosial berpengaruh terhadap aktualisasi diri.

Kata Kunci: Dukungan Sosial, Aktualisasi Diri, Tim Pendamping Keluarga

Pendahuluan

Kota Surabaya merupakan salah satu kota di provinsi Jawa Timur yang mengalami masalah stunting. Di sisi lain, berdasarkan dari data Pemerintah Kota (Pemkot) Surabaya berhasil menanggulangi permasalahan balita stunting secara signifikan hanya dalam kurun waktu 2 tahun. Menurut data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI), prevalensi angka stunting di Kota Surabaya mengalami penurunan yang signifikan. Pada tahun 2021, prevalensinya mencapai 28,9% (6.722 balita), namun di tahun 2022 secara signifikan mengalami penurunan hingga 4,8% (923 balita). Meskipun tergolong rendah, pemerintah Kota Surabaya masih terus melakukan proses penanganan dan intervensi stunting (Kominfo, 2023).

Salah satu strategi percepatan penurunan stunting, pemerintah Kota Surabaya dengan gencar membentuk suatu program pendekatan melalui pendampingan keluarga berisiko stunting. Pemerintah Kota Surabaya membentuk sebuah program yang berkolaborasi dengan Kader Tim Penggerak Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga, Tim Pendamping Keluarga, serta Tim Percepatan Penurunan Stunting bersama untuk menanggulangi permasalahan stunting di Kota Surabaya. Tim Pendamping Keluarga yang didominasi oleh perempuan ini diharapkan dapat berkolaborasi dan bersinergi dengan Pemerintahan Kota (Pemkot) Surabaya. Dalam pelaksanaannya Tim Pendamping Keluarga stunting berperan besar dalam mengawal percepatan penurunan stunting di Kota Surabaya (Suarasurabaya.net, 2021).

Penyelenggaraan program pendampingan keluarga stunting dengan melibatkan kader atau relawan sosial diharapkan dapat berkontribusi memberikan pelayanan kesejahteraan bagi masyarakat di Kota Surabaya. Menurut Laila dan Asmarany (2015) relawan sosial merupakan individu yang meluangkan waktunya untuk bekerja tanpa menerima upah untuk mencapai suatu tujuan dengan memegang tanggung jawab besar atau terbatas, tanpa latihan khusus tetapi dapat diberi latihan intensif pada bidang tertentu untuk bekerja secara sukarela membantu tenaga ahli profesional. Sedangkan menurut Mayrawati dan Nugroho (2019) relawan sosial adalah seseorang yang secara sukarela menyumbangkan waktu mereka untuk bekerja dalam meningkatkan pelayanan kesejahteraan tanpa ada upah tetap yang diterima.

Menurut Widiyanti & Budiartati (2020) motivasi menjadi relawan sosial dipengaruhi oleh munculnya panggilan hati, kebutuhan kasih sayang, rasa memiliki, aktualisasi diri, penghargaan serta timbulnya harapan memperbaiki suatu keadaan. Pada dasarnya kebutuhan aktualisasi diri bertujuan untuk mengutarakan potensi yang dimiliki seseorang sebagai wujud rill rangkaian perkembangan yang paling tinggi dan pemenuhan kapasitas serta kualitas pada individu (Ernawati, 2021). Berbagai faktor yang melatarbelakangi individu menjadi seorang relawan dengan mengembangkan potensinya adalah untuk mencapai tujuan akhir yaitu mencapai aktualisasi diri.

Menurut Krismona, dkk (2022) aktualisasi diri adalah suatu kesadaran pada diri individu untuk memenuhi kebutuhan dasar dalam kehidupannya sehingga mampu

mengembangkan dan menyempurnakan semua potensi yang ada dalam dirinya. Sementara menurut Rahma dan Ruhaena (2023) aktualisasi diri merupakan keadaan di mana seseorang berupaya untuk mengembangkan potensi terbaik yang telah ada di dalam dirinya. Berdasarkan aspek-aspek aktualisasi diri yang dikemukakan oleh Maslow (Motivation and Personality, 1984) yaitu: kreativitas, moralitas, penerimaan diri, spontanitas, dan pemecahan masalah. Menurut Maslow (1970) Aktualisasi diri merupakan sebuah keinginan yang dimiliki oleh setiap individu untuk mewujudkan setiap potensi diri dengan tujuan agar menjadi diri secara sepenuhnya.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada 16 Januari 2024 pada 10 anggota Tim Pendamping Keluarga, diketahui bahwa 6 diantaranya memiliki kemauan dan mampu menjadi kader, karena orang tersebut memiliki nilai sosial atau kemanusiaan yang tinggi meskipun gaji yang diterima anggota Tim Pendamping Keluarga sangat kecil serta mendapat dukungan penuh dari keluarga terutama suami. Namun, 4 anggota lainnya mengatakan bahwa mereka kurang mendapatkan dukungan, terutama dari keluarga. Mereka cenderung kesulitan menjalankan tugas-tugas mereka dalam mendampingi sasaran, seharusnya dalam sebulan mereka melakukan pendampingan 2-6 kali namun ternyata mereka hanya bisa melakukan hingga 2 kali pendampingan saja. Selain itu, banyaknya tugas mengurus kebutuhan anak dan suami mengakibatkan mereka tidak dapat memprioritaskan tugas laporan pendampingan. Hal ini menyebabkan mereka sulit berkontribusi dan memaksimalkan potensi yang dimiliki. Oleh karena itu dalam proses aktualisasi diri, dukungan sosial memiliki peran penting. Sehingga para anggota Tim Pendamping Keluarga membutuhkan dukungan dari lingkungannya. Karena semakin banyak dukungan yang diberikan, akan berpengaruh terhadap aktualisasi diri mereka.

Setiap manusia akan lebih mudah menjalankan aktivitasnya ketika ia mendapatkan dukungan dari lingkungan sekitarnya agar dapat tumbuh dan berkembang dengan sempurna. Menurut Goldstein (Hall & Lindzey, 1993) Proses pembentukan aktualisasi yang dialami oleh individu dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu: 1) kemampuan bawaan, membangun tujuan serta arahan pertumbuhan dan perkembangan pada diri individu juga dapat mempengaruhi pilihan-pilihan dalam mencapai aktualisasi diri, 2) lingkungan seperti keluarga, bermain, dan lingkungan tempat individu tinggal berperan memberikan sarana-sarana yang dibutuhkan oleh individu untuk mencapai aktualisasi diri. Maka dapat disimpulkan bahwa setiap individu membutuhkan dukungan orang lain untuk tumbuh dan berkembang membentuk potensi-potensi diri yang dimiliki agar dapat terlihat.

Dalam hal ini orang-orang terdekat memiliki peran penting dalam memberikan dukungan pada tim pendamping keluarga stunting agar dapat mengembangkan potensi-potensi yang dimilikinya. Menurut Sarafino (2011) dukungan yang diterima oleh individu dan bersumber dari orang lain dapat disebut dengan dukungan sosial. Selain itu, dukungan sosial dapat dijelaskan sebagai bentuk dukungan psikologis yang diberikan oleh lingkungan meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan atau harga diri,

dukungan informasi, dukungan instrumental, atau dukungan yang bersumber dari kelompok. Menurut Putra (2023) dukungan sosial merupakan bantuan atau dukungan yang diberikan oleh orang lain serta memiliki kedekatan dalam kehidupan individu sehingga seseorang merasa bahwa terdapat orang lain yang menghargai, memperhatikan, dan mencintainya. Menurut Utomo dan Sudjiwanati (2018) pada dasarnya pemberian dukungan sosial bertujuan untuk membantu seseorang agar dirinya dapat merasa nyaman, diterima, diperhatikan, dan dicintai, sehingga dapat membantu menghadapi masalahnya. Dukungan dapat dirasakan dari berbagai sumber seperti dukungan keluarga (ayah, ibu, saudara kandung, dan seluruh anggota keluarga lainnya), rekan kerja, teman, atau dukungan dari komunitas organisasi yang dimiliki oleh setiap individu (Utami & Raudatussalamah, 2016).

Berdasarkan latar belakang penelitian di atas, maka penulis tertarik melakukan penelitian sebagai upaya dalam mengetahui lebih lanjut mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan aktualisasi diri, sehingga peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Aktualisasi Diri Pada Tim Pendamping Keluarga Stunting di Kota Surabaya”.

Metode

Desain Penelitian

Penelitian yang dilakukan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional. Dimana menurut Sugiyono (2016), penelitian korelasional merupakan pendekatan penelitian yang bersifat menanyakan hubungan antar dua variabel atau lebih. Besar atau tingginya hubungan yang terjadi antar dua variabel tersebut akan ditentukan dengan menggunakan koefisien korelasi. Sehingga penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan aktualisasi diri pada tim pendamping keluarga stunting di Kota Surabaya. Dimana dukungan sosial sebagai variabel bebas, sedangkan aktualisasi diri sebagai variabel terikat.

Populasi dan Sampel

Pada penelitian ini, pengambilan jumlah responden atau subjek menggunakan Metode Krejcie dan Morgan (1970) sebagai alat untuk menghitung ukuran sampel. Penentuan jumlah sampel berdasarkan tabel Krejcie dan Morgan (Uma Sekaran, 2018) yang dimana jumlah populasi secara keseluruhan sebanyak 6.000 Tim Pendamping Keluarga. Menurut Sugiyon (2003) menyebutkan bahwa penentuan ukuran sampel dengan menggunakan tabel Krejcie dilakukan dengan tingkat kesalahan 5%. Oleh karena itu, sampel yang dihasilkan memiliki tingkat kepercayaan sebesar 95% terhadap populasi. Dengan merujuk pada tabel tersebut, jika jumlah populasi mencapai 6000 orang, maka jumlah sampel yang diperlukan adalah sebanyak 376 Tim Pendamping Keluarga.

Teknik Analisis Data

Metode analisis data dalam penelitian ini yaitu menggunakan metode regresi linier sederhana. Menurut Sugiyono (2013) pengujian regresi linier sederhana melibatkan analisis data yang terdiri dari dua jenis variabel, yakni variabel independen dan satu variabel dependen yang bersifat kausal (berpengaruh).

Hasil

Menurut Sugiyono (2017) analisis regresi linier sederhana digunakan dengan tujuan memahami sejauh mana adanya korelasi antara suatu variabel independen dan variabel dependen. Konteks penelitian ini, persamaan regresi linier sederhana digunakan untuk menilai sejauh mana efek dukungan sosial (X) terhadap aktualisasi diri (Y).

Tabel 1

Hasil Analisis Regresi

Model	Unstandardized b	Coefficients std. Error	Standardized Coefficients Beta	t	Sig
(Constant)	92,931	2,283		40,709	0,000
totalX	0,284	0,054	0,261	5,230	0,000

Berdasarkan hasil analisis pada tabel di atas diketahui nilai konstanta (a) sebesar 92,931, sedangkan nilai koefisien dukungan sosial (b) sebesar 0,284. Maka dari hasil tersebut dapat dimasukkan dalam persamaan regresi sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

$$Y = 92,931 + 0,284X$$

Hasil interpretasi persamaan di atas dapat diartikan bahwa nilai konstanta 92,931 mencerminkan tingkat konsistensi variabel aktualisasi diri. Koefisien regresi 0,284 menunjukkan bahwa dengan setiap peningkatan 1 nilai dukungan sosial (variabel X), aktualisasi diri seseorang akan meningkat sebanyak 0,284. Arah pengaruhnya positif, mengindikasikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial, semakin tinggi pula tingkat aktualisasi diri. Hasil signifikansi menunjukkan nilai $0,000 < 0,05$ menyiratkan bahwa variabel dukungan sosial berpengaruh secara signifikan terhadap aktualisasi diri.

Tabel 2

Hasil Uji Koefisien Determinasi "Model Summary^b"

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.261 ^a	.068	.066	8.507

Berdasarkan tabel Uji Determinasi Model Summary^b di atas diketahui bahwa nilai R square sebesar 0,261 (26,1%). Hal ini memperlihatkan bahwa dengan menggunakan model regresi, dimana variabel dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap variabel aktualisasi diri sebesar 26,1%. Sedangkan 73,9% dipengaruhi oleh variabel lainnya.

Tabel 3
Model Regresi

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1979.357	1	1979.357	27.348	.000 ^b
	Residual	27068.598	374	72.376		
	Total	29047.955	375			

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa F hitung memiliki nilai sebesar $F = 27.348$ dengan signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.05$) maka model regresi ini dapat dipakai untuk memperkirakan variabel aktualisasi diri dengan nilai signifikansi yang tinggi.

Pada penelitian ini skala dukungan sosial dengan skala aktualisasi diri memiliki masing-masing nilai mean teoritis sebesar $27 \times ((1+5))/2=81$ untuk skala aktualisasi diri sedangkan $12 \times ((1+5))/2=36$ untuk skala dukungan sosial. Selain itu, skala aktualisasi diri memiliki nilai mean empiris sebesar 104,65 dan 41,25 untuk mean empiris skala dukungan sosial. Analisis perbedaan antara nilai mean teoritis dan mean empiris pada setiap variabel diuji menggunakan one sampel t-test dengan hasil pada tabel di bawah ini.

Tabel 4
One Sampel T-test

Variabel	ME	MT	t	p
Aktualisasi Diri	104,65	81	52,097	0,000
Dukungan Sosial	41,25	36	12,585	0,000

Berdasarkan hasil analisis data yang tersaji pada tabel di atas, bahwa dapat disimpulkan terdapat perbedaan antara Mean Empiris (ME) aktualisasi diri dan Mean Teoritis (MT) aktualisasi diri dengan nilai t sebesar 52,097 dan $p = 0,000$ ($p \leq 0,01$). Dikarenakan nilai ME aktualisasi diri lebih besar dari nilai MT, maka dapat disimpulkan bahwa aktualisasi diri berada pada tingkat kategori tinggi. Kemudian, nilai ME dukungan sosial lebih besar dari nilai MT dengan nilai t tertentu dan p tertentu. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial berada pada tingkat kategori yang tinggi.

Tabel 5
Hasil Uji-T

Model	Unstandardized b	Coefficients std. Error	Standarized Coefficients Beta	t	Sig
(Constant)	92,931	2,283		40,709	0,000
totalX	0,284	0,054	0,261	5,230	0,000

Berdasarkan tabel uji t yang disajikan di atas memperlihatkan pengaruh dari setiap variabel independen terhadap variabel dependen dengan membandingkan nilai t hitung < t tabel. Apabila nilai t hitung < t tabel, maka dapat disimpulkan bahwa variabel tersebut dianggap memiliki pengaruh nyata (signifikan). Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial (X) terhadap variabel aktualisasi diri (Y) memiliki nilai signifikansi sebesar 0.000 ($0,000 < 0,05$). Oleh sebab itu, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial (X) berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap aktualisasi diri (Y).

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki korelasi positif dengan aktualisasi diri. Proses aktualisasi diri, mencakup otonomi, kreativitas, pencerahan, dan kontribusi pada masyarakat, dianggap sebagai puncak kedewasaan. Individu yang mencapai tahap ini memiliki tujuan jelas, mandiri, menghargai langkah-langkah menuju tujuan mereka, dan menerima diri mereka tanpa rasa bersalah. Dukungan sosial dari lingkungan, termasuk keluarga, teman, dan orang sekitar, dapat memfasilitasi individu dalam mencapai puncak aktualisasi diri.

Dukungan sosial memainkan peran penting dalam proses aktualisasi diri, memberikan bantuan, informasi, serta dukungan emosional dan positif kepada individu. Dukungan ini menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan pribadi dan membantu individu mengeksplorasi minat, mengembangkan bakat, dan mengejar tujuan mereka. Perilaku menolong pada relawan juga terkait dengan dukungan sosial, menunjukkan bahwa perjalanan aktualisasi diri dapat meningkatkan kecenderungan untuk membantu orang lain. Dukungan sosial tidak hanya mencakup dukungan emosional, tetapi juga bantuan konkret yang dapat membantu individu mengatasi masalah dan mencapai tujuan. Ketika relawan tidak mendapatkan dukungan sosial, hal ini dapat mempengaruhi rasa percaya diri dan kemampuan mereka dalam mengatasi tantangan. Dukungan sosial yang memadai juga memainkan peran dalam meningkatkan motivasi, keterlibatan, dan kesejahteraan relawan.

Hasil analisis statistik menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dan aktualisasi diri pada Tim Pendamping Keluarga Stunting di Kota Surabaya. Semakin tinggi dukungan sosial, semakin tinggi tingkat aktualisasi diri. Meskipun model

regresi menunjukkan bahwa 26,1% dari variasi aktualisasi diri dapat dijelaskan oleh variabel dukungan sosial, sebagian besar, yaitu 73,9%, dipengaruhi oleh variabel lain.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam mendukung proses aktualisasi diri anggota Tim Pendamping Keluarga. Dukungan sosial positif dapat membantu individu mengungkapkan diri, merasa bahagia, dan menghadapi kondisi yang dihadapi dengan lebih baik, sementara kurangnya dukungan sosial dapat menghambat ekspresi diri dan mengurangi rasa dihargai.

Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan aktualisasi diri pada Tim Pendamping Keluarga di Kota Surabaya. Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan aktualisasi diri. Hipotesis yang diajukan pada penelitian ini sejalan dengan temuan hasil analisis data, yaitu dukungan sosial memiliki korelasi positif yang signifikan dengan aktualisasi diri. Dengan kata lain, semakin tinggi tingkat dukungan sosial, semakin tinggi pula tingkat aktualisasi diri. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial, semakin rendah pula aktualisasi diri. Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan bahwa nilai R square sebesar 0,261 yang artinya dukungan sosial berkorelasi sebesar 26,1% sedangkan 73,9% dipengaruhi oleh faktor lain. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi kontribusi penting dalam memperluas pemahaman mengenai faktor-faktor yang berkaitan antara dukungan sosial dengan aktualisasi diri pada berbagai relawan sesuai dengan perspektif Ilmu Psikologi.

Berikut beberapa saran yang dapat diajukan, Bagi Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak serta Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana (DP3APPKB) Diharapkan bagi Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak serta Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana meninjau ulang kebijakan tentang perekrutan anggota baru kader Tim Pendamping Keluarga dengan syarat mendapat persetujuan dari pihak keluarga. Persetujuan ini sebagai bentuk bahwa pihak keluarga telah mendukung anggota keluarganya tergabung sebagai kader TPK dan bisa mengoptimalkan kemampuannya. Bagi Subjek Penelitian Diharapkan bagi anggota Tim Pendamping Keluarga untuk mencapai aktualisasi diri dapat melibatkan beberapa langkah seperti menjalin hubungan yang positif antar keluarga, teman dan rekan kerja, melatih keterampilan komunikasi agar dapat mengungkapkan perasaan dan kebutuhan dengan jelas, tidak ragu berbagi pengalaman dan menawarkan bantuan. Bagi Peneliti selanjutnya yang berencana melakukan penelitian pada topik yang sama dapat mempertimbangkan pengembangan variabel X yang berbeda seperti melibatkan aspek-aspek baru dukungan sosial, kreativitas, resilience, dan kepercayaan diri. Selain itu, pengembangan juga bisa dilakukan dengan menargetkan subjek penelitian yang berbeda, mengingat penelitian ini terfokus pada relawan Tim Pendamping Keluarga di Kota Surabaya.

Referensi

- Alfinur, R., & Sakti, P. (2022). Hubungan Antara Aktualisasi Diri Dengan Kepuasan Kerja Pada Guru Di SDIT Samawa Cendekia. *Jurnal Psimawa*, 5(1), 63-68.
- Alwisol. (2009). *Psikologi Kepribadian*, Edisirevisi. Malang: UMM Press.
- Asmadi (2008) *Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Asmadi. (2018). *Konsep Dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta: Salemba Medika.
- Asrori, M., & Ali, M. (2009). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Ayu, R. B., & Rezi, M. (2019). Hubungan Antara Motivasi Dan Kredibilitas Relawan Kakak Asuh (Studi Pada Relawan Kakak Asuh Di Sdn 01 Cimenyan Bandung). *Eproceedings Of Management*, 6(3).
- Ayun, L. F. S. Q., Purnomo, A., & Kurniawan, B. (2023). Partisipasi Volunteer Pada Lembaga Swadaya Masyarakat (Studi Kasus Volunteer LPAN Griya Baca Malang). *Jurnal Integrasi Dan Harmoni Inovatif Ilmu-Ilmu Sosial*, 3(4), 436-451.
- Baihagi. (2008). *Psikologi Pertumbuhan*. PT Remaja Rosdakarya: Bandung.
- Bappenas. (2021). Perpres Percepatan Penurunan Stunting Untuk Perbaikan Gizi Indonesia. Diakses Pada 14 September 2023, Dari <https://www.bappenas.go.id/Id/Berita/Perpres-Percepatan-Penurunan-Stunting-Untuk-Perbaikan-Gizi-Indonesia-20pyg>
- Detik Jatim. (2022). Jumlah Stunting Di Surabaya Masih Tinggi, Pola Asuh Jadi Faktor Utama. Diakses Pada 14 September 2023, Dari <https://www.detik.com/Jatim/Berita/D-5977698/Jumlah-Stunting-Di-Surabaya-Masih-Tinggi-Pola-Asuh-Jadi-Faktor-Utama>
- Dhamayantie, S. (2018). Peran Dukungan Sosial Pada Interaksi Positif Pekerjaan-Keluarga Dan Kepuasan Hidup. *Jurnal Ekonomi Dan Keuangan*, 18, (2), 181-200.
- Fajarningrum, P. A. (2018). Hubungan Antara Asertivitas Dengan Aktualisasi Diri Pada Peserta Didik Program Kelas Unggulan Di Sma Muhammadiyah Gombong (*Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Purwokerto*).
- Ginting, M. R. B. (2011). Hubungan Harga Diri Dengan Kemampuan Aktualisasi Diri Remaja Putri Dengan Obesitas Di SMA Negeri 1 Sei Bingai
- Ghozali, Imam. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 20*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hadori, M. (2015). Aktualisasi-Diri (Self-Actualization); Sebuah Manifestasi Puncak Potensi Individu Berkepribadian Sehat (Sebuah Konsep Teori Dinamika-Holistik Abraham Maslow). *Lisan Al-Hal: Jurnal Pengembangan Pemikiran Dan Kebudayaan*, 9(2), 207-220.
- House, J. S. (1981). *Work Stress And Social Support*. Reading, MA: Addison-Wesley. Diakses Dari www.jstor.org

- House, J. S. (1989). *Social Relationship And Health: Theory, Evidence And Implications For Public Health Policy*. University Of Michigan, Institute For Social Research.
- Humas BKPK. (2023). Angka Stunting Tahun 2022 Turun Menjadi 21,6 Persen. Diakses Pada 11 September 2023, Dari <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/angka-stunting-tahun-2022-turun-menjadi-216-persen/>
- Istiqomah, S. N. (2018). *Dukungan Sosial Lansia Terhadap Aktualisasi Diri (Studi Kasus Di Kampung Dukuh RW 18, Kelurahan Gedongkiwo, Kecamatan Mantrijeron, Yogyakarta)* (Doctoral Dissertation, UIN Sunan Kalijaga).
- Karangora, M. L. B., Yudiarso, A., & Mazdafiah, S. Y. (2013). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Kualitas Hidup Pada Lesbian Di Surabaya. *Calyptra*, 1(1), 1-9.
- Kemkeno PMK. (2022). Tim Pendamping Keluarga, Ujung Tombak Percepatan Penurunan Stunting Di Indonesia. Diakses Pada 6 November 2023, Dari <https://www.kemkopenk.go.id/tim-pendamping-keluarga-ujung-tombak-percepatan-penurunan-stunting-di-indonesia>
- Krems, J. A., Kenrick, D. T., & Neel, R. (2017). Individual Perceptions Of Self-Actualization: What Functional Motives Are Linked To Fulfilling One's Full Potential?. *Personality And Social Psychology Bulletin*, 43(9):1337-1352.
- Krismona, E. B., Nurihsan, A. J., & Ilfiandra, I. (2022). Aktualisasi Diri Individu Dewasa Awal Di Wilayah Kabupaten Ngawi. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 14(1), 59-65.
- Kuntjoro, Z. S. (2002). Dukungan Sosial Pada Lansia. <http://www.E-Psikologi.Com>. <http://www.Yahoo.Com>. Artikel. Diakses Pada Bulan September 2023
- Laila, K. N., & Asmarany, A. I. (2015). Altruisme Pada Relawan Perempuan Yang Mengajar Anak Berkebutuhan Khusus Di Yayasan Anak Jalanan Bina Insan Mandiri. *Jurnal Psikologi*, 8(1).
- Maslow, A.H. (1987). *Motivasi Dan Kepribadian*. Jakarta: Pustaka Binaman Presindo.
- Maslow, Abraham H. (1993). *The Father Reaches Of Human Nature*, USA: Penguin
- Maslow. (1970). *Motivation And Personality*. USA: Harper & Row Publisher
- Mayrawati, A. C. C. (2019). Peran Relawan Sosial Dalam Pengembangan Karakter Anak Di Surabaya Children Crisis Center. *J+ Plus Unesa*, 8(1).
- Mayrawati, A. C. C. (2019). Peran Relawan Sosial Dalam Pengembangan Karakter Anak Di Surabaya Children Crisis Center. *J+ Plus Unesa*, 8(1).
- Najafi, M., & Baseri, A. (2018). Relationship Of Perceived Social Support And Self-Actualization With Life Expectancy In The Elderly In Tehran. *Journal Of Education And Community Health*, 4(4), 56-64.
- Naufal, A. (2020). *Pendidikan Kepedulian Sosial Pada Kegiatan Relawan Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19 (Bachelor's Thesis, Jakarta: FITK UIN Syarif Hidayatullah Jakarta)*.
- Ningtyas, R. W. (2015). *Dukungan Sosial Orang Tua, Guru, Dan Teman Sebagai Prediktor Terhadap Tendensi Aktualisasi Diri Pada Remaja (Doctoral Dissertation, Program Studi Psikologi FPSI-UKSW)*.

- Ordun, G., & Akün, F. A. (2017). Self Actualization, Self Efficacy And Emotional Intelligence Of Undergraduate Students. *Journal Of Advanced Management Science* Vol, 5(3), 170-175.
- Parama., P.,P.,S & Pande.,L.,K.,A.,S. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Self Efficacy Dengan Tingkat Stres Pada Perawat Di Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah. *Jurnal Psikologi Udayana*. ISSN: 2354 5607.
- Pemerintah Kota Surabaya. (2023). Prevalensi Stunting Surabaya Terendah Se-Indonesia. Diakses Pada 12 September 2023, Dari <https://www.surabaya.go.id/id/berita/72140/prevalensi-stunting-surabaya-terendah-se-indonesia>
- Rachman, A., & Sari, N. P. (2019). Pengaruh Teman Sebaya Dan Kepercayaan Diri Terhadap Aktualisasi Diri Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling*, 5(1), 10-18.
- Rachman, A., & Sari, N. P. (2019). Pengaruh Teman Sebaya Dan Kepercayaan Diri Terhadap Aktualisasi Diri Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling*, 5(1), 10-18.
- Rahma, D. N. A., & Ruhaena, L. (2023). Hubungan Antara Aktualisasi Diri Dan Citra Tubuh Dengan Konsep Diri Pada Mahasiswa (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Reis, H.T Dan Frank, P. (1994). The Role Intimacyand Social Support In Health Outcomes: Tho Process Or One. *Personal Relationships*, 1, 185197. <https://scihub.do/10.1111/j.1475-6811.1994.tb00061.x>
- Rogers, Carl. *Psychology*, Diakses Pada Tanggal 24 September 2023
- Rukmana, M. I. (2017). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Aktualisasi Diri Pada Penyandang Disabilitas Di Kota Surabaya (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Surabaya).
- Safrianti, M., & Kamal, M. (2022). Hubungan Kreativitas Dengan Aktualisasi Diri Remaja Di Jorong Batu Ajung. *Orien: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa*, 1(3), 229-234.
- Sarafino, E. P. & Smith. T. W. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction* 7th Ed. New York: John Wiley & Sons
- Sarafino, E. P. (1994) *Healthy Psychology*. 2nded. New York:John Wiley N Sons.
- Sarafino, E. P. (2006). *Healthy Psychology: Biopsychosocial Interactions* 5th Ed. New York: John Wiley & Sons.
- Sarason,B. R., Pierce, G. R., & Sarason, I. G. (1990). Social Support: The Sense Of Acceptance And The Role Of Relationships. In Sarason, B. R. & Sarason, I. G. (Eds.). *Social Support: An Interactional View* (P. 97-114). United States Of America: John Wiley & Sons, Inc.
- Schoofs, L., Hornung, S., & Glaser, J. (2022). Prospective Effects Of Social Support On Self-Actualization At Work–The Mediating Role Of Basic Psychological Need Fulfillment. *Acta Psychologica*, 228, 103649.
- Schultz, D. (2002). *Psikologi Pertumbuhan: Model-Model Kepribadian Sehat*. Kanisius: Yogyakarta.

- Setiawan, A., & Pratitis, N. T. (2015). Religiusitas, Dukungan Sosial Dan Resiliensi Korban Lumpur Lapindo Sidoarjo. *Persona Jurnal Psikologi*, 4(2), 137-144.
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Grasindo.
- Suarasurabaya.Net. (2021). Wali Kota Surabaya Libatkan Tim Penggerak PKK Bersama Membangun Kota. Diakses Pada 18 September 2023, Dari <https://www.suarasurabaya.net/kelanakota/2021/wali-kota-surabaya-libatkan-tim-penggerak-pkk-bersama-membangun-kota/>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kombinasi*. Bandung: Alfabeta.
- Surabayapagi.Com. (2022). Pernikahan Dini Jadi Salah Satu Faktor Tingginya Stunting Di Surabaya. Diakses Pada 16 September 2023, Dari <https://surabayapagi.com/read/pernikahan-dini-jadi-salah-satu-faktor-tingginya-stunting-di-surabaya>
- Taylor, S. E. (1991). *Health Psychology*. New York:Mcgraw Hill International Edition
- Tsaralatifah, R. (2020). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Baduta Di Kelurahan Ampel Kota Surabaya Determinants Of Stunted Children Under Two Years Old In Ampel Village, Surabaya. *Amerta Nutr*, 171-7.
- Turk, A., Tierney, S., Wong, G., Todd, J., Chatterjee, H. J., & Mahtani, K. R. (2022). *Self-Growth, Wellbeing And Volunteering-Implications For Social Prescribing: A Qualitative Study*. *SSM-Qualitative Research In Health*, 2, 100061.
- Uno, H. B. (2010). *Orientasi Baru Dalam Psikologi Pembelajaran*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Utami, R. S., & Raudatussalamah. (2016). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kepatuhan Berobat Penderita Hipertensi Di Puskesmas Tualang. *Jurnal Psikologi*, 91-98.
- Vallet. (1991). *Inequalities And The Progressive Era Break Throughs And Legacies*. Edward Elgar Publishin. <https://doi.org/https://www.google.co.id/search?hl=id&sxsrf=AL>
- Widiyati, R., & Budiartati, E. (2020). Motivasi Relawan Rumah Pintar Bangjo Semarang. *Journal Of Nonformal Education And Community Empowerment*, 4(2), 123-138. <https://doi.org/10.15294/pls.v4i2.36452>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G. & Farley, G. K. (1988). *The Multidimensional Scale Of Perceived Social Support*, *Journal Of Personality Assessment*. 52(1) 30-41.
- Zuhairini. (1999). *Filsafat Pendidikan Islam*. Jakarta: Bumi Aksara