

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Remaja menjadi salah satu periode dalam kehidupan manusia. Periode remaja sendiri dikelompokkan menjadi tiga tahapan, yakni remaja awal, remaja tengah dan remaja akhir. Menurut *World Health Organization* (WHO), remaja merupakan masyarakat yang berada di rentang usia 10 sampai dengan 19 tahun. Adapun, menurut peraturan kesehatan RI nomor 25 tahun 2014, remaja merupakan penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut badan kependudukan dan keluarga berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah (Hapsari, 2019).

Menurut Santrock (2007) masa remaja merupakan periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang melibatkan perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosional, yang dimulai dari rentang usia 10 hingga 13 tahun dan berakhir pada usia sekitar 18 hingga 22 tahun. Batasan akhir usia remaja yang umum digunakan oleh para ahli antara lain usia 12 hingga 21 tahun. Rentang waktu usia remaja biasanya dibedakan menjadi tiga yaitu: 1) usia 12-15 tahun, termasuk dalam masa remaja awal; 2) usia 15-18 tahun, termasuk dalam masa remaja pertengahan; 3) usia 18-21 tahun, termasuk dalam masa remaja akhir. Perkembangan yang dialami oleh manusia pada masa remaja meliputi perkembangan fisik dan perkembangan psikososial. Perkembangan psikososial meliputi usaha untuk pencarian identitas, perkembangan seksual dan

perkembangan sosial dengan keluarga, teman sebaya dan masyarakat (Papalia, Olds, & Feldman, 2008).

Terkait dengan perkembangan psikososial menurut Erikson tahap remaja merupakan proses pencarian identitas diri, hal tersebut dilakukan oleh remaja dengan memenuhi tugas-tugas perkembangannya antara lain mengembangkan pergaulan dengan dunia luar, mencari keterampilan baru antara lain yaitu kemampuan sosialisasi dan juga memperoleh citra diri yang realistis (Mappiare, 1982). Menurut Hurlock (2011) tugas perkembangan pada masa remaja sendiri lebih mengutamakan perubahan besar dalam sikap dan perilaku pada individu seperti dapat menerima kekurangan fisiknya, menerima serta memahami peran seks usia dewasa, dapat membina hubungan baik antar lawan jenis dan mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial.

Dalam melaksanakan tugas perkembangannya remaja akan mengalami kesulitan ketika diharuskan menyesuaikan diri dengan lawan jenis dalam hubungan yang sebelumnya tidak pernah ada dan harus menyesuaikan dengan orang dewasa di luar lingkungan keluarga dan sekolah. Hal ini dikarenakan remaja ingin diterima pada lingkungan teman-teman sebaya, contohnya seperti ketika remaja menghadapi permasalahan untuk menolong atau menipu teman saat melaksanakan ujian, remaja diharuskan memilih antara standar dewasa atau standar teman (Hurlock, 2011). Dalam melaksanakan tugas perkembangan terkadang remaja dihadapi dengan hambatan-hambatan yang akan membuat dirinya mengalami kecemasan sosial dalam mengembangkan komunikasi interpersonal dan bergaul dengan teman sebaya (Hurlock, 2011).

Menurut La Greca dan Lopez (1998) kecemasan sosial adalah ketakutan yang menetap terhadap situasi sosial yang berhubungan dengan performa diri dan menghadapi evaluasi dari orang lain, diamati, takut dipermalukan, dan dihina. Tingginya tingkat kecemasan sosial juga dapat menyebabkan timbulnya gangguan kecemasan yang biasanya muncul ketika remaja, dan dapat mengarah pada gangguan yang lebih serius seperti depresi, penggunaan narkoba, atau alkohol (Harrison, La Greca & Siegel, dkk, 2007).

La Greca dan Lopez (1998) mengungkapkan bahwa kecemasan sosial dapat diketahui dari: pertama adalah takut evaluasi negatif, kedua adalah penghindaran sosial orang asing yaitu rasa tertekan dalam situasi baru yang berhubungan dengan orang asing, dan yang ketiga adalah penghindaran sosial orang yang dikenal, yaitu rasa tertekan yang dialami secara umum atau dengan orang yang dikenal.

Ada tiga aspek kecemasan sosial Menurut La Greca dan Lopez (1998), yaitu ketakutan akan evaluasi negatif, penghindaran sosial dan rasa tertekan dalam situasi yang baru atau berhubungan dengan orang asing atau baru, serta penghindaran sosial dan rasa tertekan yang dialami secara umum dengan orang yang dikenal. Kecemasan sosial memiliki dampak negative yaitu, tampak pada penurunan kesejahteraan subjektif dan kualitas hidup, serta fungsi peran sosial dan perkembangan karir (Wittchen & Fehm, 2003).

Pada penelitian Elfariani dan Anastaya (2022) yang meneliti di SMAN Q Lhokseumawe, dengan populasi berjumlah 946 siswa dan jumlah sampel 273 siswa, didapatkan bahwa tingkat kecemasan sosial pada remaja yaitu berada dikategori rendah dan tinggi. Untuk kategori rendah, berada di presentase 45,1% dan kategori

tinggi berada dipersentase 54,9 %. Kemudian dipenelitian sebelumnya, dari penelitian Rizqiyah dan Maryam (2023) menjelaskan bahwa hasil penelitian mereka tentang kecemasan sosial remaja perempuan di SMA Sidoarjo dengan sampel 270 subjek, penelitian tersebut, didapatkan dua kategorisasi yaitu sedang dan tinggi, kategori sedang berada di persentase 99,612 % dan tinggi berada di persentase 0,388. Dari kedua penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa masih ada kecemasan sosial pada remaja.

Selanjutnya peneliti melakukan wawancara. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan pada remaja di kabupaten Sleman Yogyakarta, pada hari Rabu, 14 Desember 2022, didapatkan data 5 dari 10 remaja yang mengalami kecemasan yang ringan karena takut akan bersosialisasi dengan orang baru. Ketika bertemu di suatu tempat, mereka merasa sulit mengemukakan pendapat, menghindari situasi tertentu agar tidak menjadi pusat perhatian, dan sulit berkontak mata. Pada wawancara di aspek ketakutan akan evaluasi negatif semua subjek memiliki pemikiran yang negatif ketika dirinya merasa dilihat dengan pandangan yang aneh oleh orang lain. Pada aspek penghindaran sosial dan rasa tertekan pada situasi yang baru atau dengan orang yang tidak dikenal semua subjek merasa dirinya khawatir dan merasa canggung jika bertemu dengan orang yang baru dan juga saudara untuk memulai obrolan. Kemudian aspek penghindaran sosial dan rasa tertekan yang dialami secara umum atau dengan orang yang baru dikenal, semua subjek merasa ketika berbaur dengan orang baru dalam suatu kelompok, seperti di tongkrongan atau saat mengerjakan tugas kelompok mereka takut untuk berpendapat takut untuk ditolak dan juga tidak sesuai dengan apa yang diharapkan.

Dari hasil wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa kecemasan yang dialami remaja terjadi karena ketakutan akan evaluasi negatif, penghindaran sosial dan rasa tertekan dalam situasi yang baru atau berhubungan dengan orang asing atau baru, serta penghindaran sosial dan rasa tertekan yang dialami secara umum dengan orang yang dikenal.

Lingkungan yang paling dekat ditemui remaja adalah lingkungan keluarga (Mizal, 2014). Kecemasan sosial pada remaja terjadi tidak hanya dibentuk dari lingkungan sekolah namun bisa terjadi karena peran orang tua dalam mendidik sangat erat kaitannya dengan kecemasan sosial pada remaja. Orang tua yang memproteksi secara berlebihan cenderung melakukan penolakan pada anak secara signifikan meningkatkan kecemasan sosial pada anak, sampel diambil dari masyarakat umum (Lieb, 2000; Aslam, 2014). Penolakan yang dilakukan oleh orang tua cenderung akan membentuk suatu keyakinan pada remaja bahwa yang dilakukannya akan mengalami penolakan yang berulang. Sikap orang tua yang fleksibel seperti pola pengasuhan demokratis akan menciptakan psikologis anak secara sehat (Bibi, 2013). Gaya pengasuhan merupakan serangkaian sikap yang ditunjukkan oleh orangtua kepada anak untuk menciptakan iklim emosi, melingkupi interaksi orangtua-anak (Lestari, 2012). Gaya orang tua terutama orang tua yang banyak melakukan penolakan, serta penolakan dari teman sebaya memperburuk kecemasan sosial pada remaja, merusak perilaku pro-sosial anak ataupun kurang peduli terhadap orang lain sehingga memunculkan permusuhan (Mahasneh, 2013; Hayward, 2008).

Orang tua memiliki cara tersendiri dalam mendidik, membimbing dan mengasuh anaknya. Cara mendidik tersebut tentunya akan berbeda antara orang tua satu dengan orang tua lainnya. Perilaku *overprotective* orang tua merupakan cara didik yang ditunjukkan untuk mengawasi atau mengontrol secara berlebihan setiap aktivitas yang dilakukan oleh anak termasuk juga memberi perlindungan dari setiap ancaman yang menimpa fisik maupun psikis anak, yang akan mengakibatkan anak tidak memiliki kebebasan dan tidak mampu mengambil keputusan sendiri serta akan terus bergantung pada orang tua (Yusuf, 2019).

Perilaku *overprotective* orang tua merupakan kecenderungan dari pihak orang tua untuk melindungi anak secara berlebihan, dengan memberikan perlindungan terhadap gangguan dan bahaya fisik maupun psikologis, sampai sebegitu jauh sehingga anak tidak mencapai kebebasan atau selalu tergantung pada orang tua (Chaplin,2000). Menurut Yusuf (2005) aspek perilaku *overprotective* orang tua adalah kontak yang berlebih kepada anak, perawatan atau pemberian bantuan kepada anak yang terus-menerus, mengawasi kegiatan anak secara berlebihan dan memecahkan masalah anak.

Soenarto dan Hartono (2005) mengatakan bahwa kebiasaan orang tua yang selalu memanjakan anak, anak tidak bisa mempertanggungjawabkan apa yang dilakukan, pada umumnya anak menjadi tidak mampu mandiri, tidak percaya dengan kemampuannya, merasa ruang lingkungannya terbatas. Seorang anak yang orang tuanya *overprotective* jarang mengalami konflik, karena sering mendapat perlindungan dari orang tuanya, dengan situasi tersebut maka anak kurang mendapat kesempatan untuk mempelajari macam-macam tata cara atau sopan

santun pergaulan di lingkungannya, maka wajar saja jika anak mengalami masalah dalam pergaulannya.

Penelitian Adiyani (2016) menemukan bahwa lingkungan keluarga merupakan salah satu faktor yang berpengaruh penting dalam penyesuaian diri remaja, contoh-contohnya adalah tidak bisa menjadi diri sendiri, susah beradaptasi dengan kelompok, susah berinteraksi sosial dengan sesama, serta susah menerima keadaan (Annisa, 2020)

Menurut La Greca (2015), ada enam faktor yang memengaruhi kecemasan sosial yaitu faktor genetik, keluarga yang memiliki orang tua mengalami kecemasan sosial akan diturunkan ke anaknya, kedua faktor pengalaman sosial dengan rekan yaitu seperti peristiwa kehidupan negatif atau traumatis, pengalaman dengan rekan sebaya secara negatif menyediakan unsur-unsur yang dibutuhkan untuk mengatasi ketakutan sosial evaluatif langsung. Ketiga faktor pengaruh budaya yaitu terdapat perbedaan budaya dan belum saling mengenal satu sama lain mengakibatkan individu secara psikologis mengalami kecemasan sosial. Keempat faktor pengaruh pola asuh yaitu pola asuh yang *over protection* dapat mengakibatkan anak mengalami kecemasan. Kelima faktor pengaruh biologis kearah neurobiologis yaitu adanya ketidakseimbangan cairan kimia serotonin di otak yang menjadi salah satu faktor kecemasan sosial. Keenam faktor peristiwa kehidupan yaitu bahwa peristiwa kehidupan negatif atau traumatic yang bersifat sosial, dapat meningkatkan kerentanan terhadap SAD. Dari beberapa faktor kecemasan sosial diatas, peneliti memilih faktor pengaruh pola asuh yang berfokus pada pola asuh *overprotective*,

karena sesuai penjelasan bahwa orang tua yang *overprotection* dan terlalu kaku dapat menimbulkan kecemasan sosial pada remaja.

La Greca (2015) salah satu faktor dari kecemasan sosial, ialah mengenai pola asuh yang dilakukan oleh ibu dengan menggunakan pola *overprotective* akan mengakibatkan anak mengalami kecemasan sosial. Pengasuhan anak idealnya melibatkan peran kedua orangtua dalam hal mengasuh anak di masyarakat Indonesia, ibu masih cenderung memimpin di atas ayah dalam banyak kasus. Hal ini karena pembagian tanggung jawab ayah dan ibu dalam keluarga cenderung menempatkan ayah sebagai pengambil keputusan dan ibu sebagai pendamping ayah (Sarwono, 2013). Keadaan ini menjadikan ibu sebagai pengasuh utama sedangkan ayah sebagai pencari nafkah keluarga dan kurang berperan dalam mengasuh anak dibandingkan ibu (Dagun, 2013).

Berdasarkan hasil survey penelitian yang dilakukan oleh Putra (2012) kepada 10 remaja (Kelas X & XI) SMA 'X', didapatkan hasil 20% (2 siswa) menghayati perlakuan orang tuanya yang sering mengatur kegiatan mereka, menekankan disiplin yang tinggi, dan menuntut untuk selalu mendapat prestasi yang tinggi. Didapatkan hasil 20% (2 siswa) yang menghayati orang tuanya yang kurang membimbing atau terlalu membebaskan mereka sehingga kurang adanya aturan yang jelas untuk ditaati. Didapatkan hasil 30% (3 siswa) yang menghayati bahwa orang tuanya terlalu memanjakan dan selalu mengkhawatirkan mereka walaupun sedang melakukan kegiatan di sekolah seperti sering menelepon mereka, maka didapatkan perilaku yang berhubungan dengan kemandirian siswa, Didapatkan hasil 40% (4 siswa) yang menghayati orang tuanya yang kurang memberikan kasih

sayang pada mereka atau kurang berkomunikasi dengan mereka dikarenakan orang tuanya sibuk.

Zahara (2019) menyampaikan bahwa kebanyakan remaja terlihat kesulitan mengatasi masalahnya karena selama masa naak-anak hampir semua masalah diatasi orang tua mereka, sehingga saat remaja tidak memiliki kemampuan mengatasi masalah yang baik, seperti permasalahan sosial. Perilaku *overprotective* orang tua membuat remaja mejadi tidak bisa mengekspresikan dirinya. Remaja memiliki kepribadian yang negatif serta akan terlambat matang menjali beberpaa tugas yang perkembangan di lingkungan sosialnya (Hetharia & Huawae, 2022)

Berdasarkan uraian masalah pada latar belakang diatas maka rumusan masalah yang diajukan peneliti adalah apakah ada hubungan antara perilaku *overprotective* orang tua dengan kecemasan sosial remaja ?

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan perilaku *overprotective* orangtua dengan kecemasan sosial remaja.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan dalam pengembangan ilmu psikologi sosial dan psikologi perkembangan. Sumbangan yang diharapkan yaitu

dapat menambah pengetahuan tentang penyesuaian diri khususnya yang terjadi pada remaja yang ada di Indonesia.

- b. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam pengembangan ilmu terkait perilaku *overprotective* orang tua dan kecemasan sosial remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Peneliti

Diharapkan dapat memberi wawasan tentang gambaran tingkat kecemasan pada remaja yang mengalami pola asuh *Overprotective* dan menambah melakukan penelitian

b. Orangtua

Diharapkan bahwa hasil dari penelitian dapat memberikan gambaran tingkat kecemasan remaja pada pola asuh orang tua yang *overprotective* di tempat penelitian dan hasil tersebut dapat memberikan gambaran intervensi apa yang dapat diberikan kepada remaja yang berada di tempat penelitian.