

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata latin (*adolescere*) yang berarti tumbuh menjadi dewasa (Hurlock, 1980). Menurut Monks, Knoers dan Haditono (1982) fase masa remaja berkisar dari umur 12-21 tahun. Umur 12-15 tahun adalah fase remaja awal, 15-18 tahun adalah fase remaja pertengahan dan 18-21 tahun adalah fase remaja akhir. Masa remaja merupakan masa dimana mereka tidak mempunyai tempat yang jelas, remaja tidak termasuk golongan anak tetapi tidak juga termasuk golongan dewasa, tepatnya masa remaja berada diantara masa anak-anak dan orang dewasa (Monks, Knoers dan Haditono, 1982). Masa ini masa dimana individu mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari kanak-kanan menjadi dewasa (Sarwono, 2018).

Menurut Santrock (2002) hubungan dengan orang tua memiliki perbedaan, hubungan dengan teman-teman sebaya semakin intim, kencan dilakukan untuk pertama kali, demikian pula penjenjakan seksual dan mungkin hubungan seksual. Pada masa remaja juga pemikiran-pemikiran lebih abstrak dan idealitas, serta perubahan-perubahan biologis memicu peningkatan minat terhadap citra tubuh atau yang sering kita dengar *body image* (Santrock, 2002). Berkembangnya kekuatan pemikiran remaja membuka cakrawala kognitif dan cakrawala sosial yang baru, seperti yang sudah disampaikan diatas tadi bahwa pemikiran remaja semakin

abstrak, logis, dan idealistis, serta mereka cenderung menginterpretasikan dan memantau dunia sosial mereka (Santrock, 2002).

Masa remaja dikenal sebagai periode “badai dan tekanan” masa dimana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar (Hurlock, 1980). Masa dimana masih belum mampu untuk menguasai fungsi-fungsi fisik dan psikis, ditinjau dari segi tersebut masa remaja tergolong masih kanak-kanak, dan harus menemukan tempat dalam masyarakat (Monks, Knoers dan Haditono, 1982). Menurut Santrock (2002) pada masa pubertas akan mempengaruhi beberapa perilaku lebih kuat daripada perilaku lain, seperti mempengaruhi citra tubuh, minat berkencan, dan perilaku seksual. Perubahan fisik pada masa remaja, membuat remaja sibuk dengan tubuhnya dan mengembangkan citra individual mengenai gambaran tubuhnya. Kesibukan dengan citra tubuh seseorang seolah sangat kuat selama masa remaja, kesibukan itu secara khusus akan meningkat selama masa pubertas, masa remaja awal akan lebih tidak puas dengan tubuhnya daripada masa remaja akhir (Wright dalam Santrock, 2002).

Pada masa remaja awal terjadinya ketidakseimbangan emosional dan ketidakstabilan dalam banyak hal terdapat pada usia ini, remaja akan mencari identitas diri pada masa ini dan statusnya menjadi tidak jelas (Diananda, 2018). Senada dengan pendapat Erikson (dalam Syamsu, 2001) yang mengatakan remaja yang tidak berhasil dalam pencarian identitas, cenderung tidak memiliki rasa percaya diri, atau dapat dikatakan rasa percaya dirinya rendah.

Pada masa remaja, konformitas dengan tekanan teman-teman sebaya dapat bersifat positif maupun negatif. Remaja terlibat dalam semua bentuk perilaku

konformitas yang negatif seperti menggunakan bahasa yang jorok, mencuri, merusak, dan olok-olok orang tua dan guru, akan tetapi banyak juga konformitas teman sebaya yang positif dan terdiri atas keinginan untuk dilibatkan didalam dunia teman sebaya, seperti berpakaian seperti teman-teman, keinginan untuk mendengarkan waktu dengan anggota-anggota suatu klik, dan kegiatan-kegiatan prososial seperti ketika klub mengumpulkan uang untuk tujuan-tujuan yang bermakna (Camarena, dkk., 2002). Selama masa remaja awal, remaja akan lebih mengikuti standar-standar teman sebayanya daripada yang dilakukannya pada masa anak-anak (Santrock, 2002). Pada penelitian yang dilakukan (Berndt, Berndt & Perry, Leventhal dalam Santrock, 2002) telah menemukan bahwa pada saat remaja berada dikelas delapan dan sembilan, konformitas dengan teman-teman sebaya khususnya dengan standar-standar antisosial mereka memuncak. Pada masa ini remaja cenderung pergi bersama teman-teman sebayanya untuk mencuri dop mobil, menggambar grafitti di dinding, atau mencuri kosmetik di suatu toko. Remaja menginginkan teman yang mempunyai minat dan nilai-nilai yang sama dengan dirinya, yang dapat mengerti dan membuatnya merasa aman, dan yang kepadanya ia dapat mempercayakan masalah-masalah dan membahas hal-hal yang tidak dapat dibicarakan dengan orang tua maupun guru (Hurlock, 1980).

Pada masa remaja penerimaan sosial bergantung pada sekumpulan sifat dan pola perilaku yaitu *sindroma penerimaan* yang disenangi remaja dan dapat menambah gengsi dari teman sebaya dan kelompok besar yang di identifikasinya, demikian pula tidak ada satu sifat atau pola perilaku yang menjauhkan remaja dari teman sebayanya, namun terdapat pengelompokan sifat yang disebut *sindroma*

aliensasi yang membuat orang lain tidak menyukai dan menolaknya (Hurlock, 1980). Dalam sebuah penelitian yang dilakukan Harter (dalam Santrock, 2003) menyatakan dukungan teman sebaya lebih berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri pada masa remaja awal daripada masa anak-anak, meskipun dukungan orang tua juga merupakan faktor yang penting untuk rasa percaya diri pada masa anak-anak dan remaja awal.

Maka dari itu setiap remaja membutuhkan rasa kepercayaan diri yang tinggi, karena kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan seseorang yang tidak kuatir mengenai kesan yang ditimbulkan kepada orang lain, tidak punya keraguan dalam setiap tindakan dan tidak memiliki perasaan rendah diri (Lauster, 2015). Kepercayaan diri juga merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab (Lauster dalam Ghufroon & Risnawita, 2012). Terdapat 5 aspek kepercayaan diri menurut Lauster (dalam Ghufroon & Risnawita, 2012) yakni keyakinan kemampuan diri, optimis, bertanggung jawab, rasional dan realistis.

Hasil penelitian kepercayaan diri remaja yang dilakukan oleh Fitri dkk (2018) di SMP Dewi Sartika data yang diperoleh, dengan sampel penelitian berjumlah 156 orang diketahui bahwa 112 (71.8%) berada dalam kategori sedang. Hal ini senada dengan hasil penelitian Suhardinata (2011) yang mengungkapkan bahwa, kepercayaan diri remaja di SMA Laboratorium juga berada pada kategori sedang dan hasil penelitian Tohir (2005) kepada 63 orang siswa di MTS Al-badiyah Bandung Barat yang mengungkapkan tingkat kepercayaan diri remaja sebesar

69,84 % berada pada kategori sedang. Dari beberapa hasil penelitian tersebut diketahui kepercayaan diri remaja belum optimal masih berada pada kategori sedang.

Dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 10-11 maret 2020 yang terdiri dari 12 remaja dengan usia 12-15 tahun dengan menggunakan aspek-aspek kepercayaan diri menurut Lauster (dalam Ghufron & Risnawita, 2012). Berdasarkan hasil wawancara dari ke 12 remaja diatas terdapat 8 dari 12 remaja yang belum memenuhi semua aspek-aspek kepercayaan diri yang dikemukakan oleh Lauster (dalam Ghufron & Risnawita, 2012).

Kepercayaan diri pada remaja awal yang baik, ketika remaja memiliki tingkat kepercayaan diri yang paling tinggi ketika remaja berhasil di dalam domain-domain diri yang penting (Santrock, 2003). Domain diri yang penting adalah pengetahuan atau kognitif yang dimiliki seseorang yang mempunyai enam tingkat yaitu tahu, memahami, aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi (Notoatmodjo, 2014). Maka dari itu, remaja harus didukung untuk mengidentifikasi dan menghargai kompetensi-kompetensi remaja. Rasa kepercayaan diri remaja dapat meningkat menjadi lebih tinggi karena remaja tahu tugas-tugas apa yang penting untuk mencapai tujuannya, karena mereka telah melakukan tugas-tugas yang diberikan dan ketika remaja merasa yakin dapat menguasai suatu situasi, remaja percaya akan menghasilkan sesuatu yang positif (Santrock, 2003).

Dilihat dari aspek keyakinan kemampuan diri subjek masih kurang yakin dengan kemampuannya sendiri. Subjek masih sering ragu dengan apa yang sudah subjek kerjakan atau lakukan. Pada aspek optimis ketika subjek sedang mengalami

masalah yang berat subjek sering merasa pesimis dan kehilangan pengharapan. Subjek berpikir kalau masalah itu tidak akan pernah bisa diselesaikan. Pada aspek objektif ketika subjek memandang sebuah masalah, subjek masih memandang permasalahan itu menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri, dan mengabaikan pendapat orang lain.

Pada aspek bertanggung jawab subjek masih belum bisa menanggung semua tugas yang dipercayakan kepadanya, salah satu contohnya ketika disekolah guru memberikan tugas yang sulit menurutnya, subjek lebih memilih untuk tidak mengerjakan tugas itu dan memilih untuk mencari jawaban kepada teman yang bisa mengerjakan tugas itu, tujuannya agar subjek tetap bisa mendapatkan nilai yang tinggi. Pada aspek rasional dan realitis subjek masih sering mempercayai mitos atau berita yang belum jelas kebenarannya.

Berdasarkan hasil wawancara diatas, peneliti menyimpulkan bahwa remaja tersebut belum memiliki kepercayaan diri yang baik. Hal tersebut dikarenakan dari kelima aspek kepercayaan diri yang peneliti gunakan sebagai acuan dalam pengumpulan data mengenai kepercayaan diri pada remaja awal belum terpenuhi yakni keyakinan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis (Lauster, dalam Ghufroon & Risnawita, 2012).

Seharusnya remaja dalam perkembangannya mampu menerima diri sebagaimana adanya sehingga remaja tersebut dapat mengembangkan rasa kepercayaan diri (Ifdil., dkk, 2007). Penelitian tentang kepercayaan diri ini penting dilakukan, karena menurut Hurlock (1980) remaja yang mengetahui bahwa sikap dan perilakunya dianggap tidak matang oleh kelompok sosial dan memandangnya

tidak mampu menjalankan peran dewasa yang baik, remaja ini akan mengembangkan kompleks rasa rendah diri yang akan mengalami kesenjangan antara apa yang diinginkan dan apa pandangannya tentang dirinya sendiri, serta pandangan orang lain tentang dirinya. Kalau kesenjangan yang dirasakan ini kecil, remaja akan mengalami sedikit ketidakpuasan, tetapi kalau kesenjangan ini besar, maka remaja ini cenderung menganggap dirinya sendiri tidak berharga, merenung dan bahkan mencoba bunuh diri (Hurlock, 1980). Rendahnya rasa kepercayaan diri sangat berdampak negatif bagi seseorang, karena bisa menyebabkan depresi, bunuh diri, anoreksia nervosa, delinkuensi, dan masalah penyesuaian diri lainnya (Damon dkk., dalam Santrock, 2003). Saat seseorang sudah memiliki kepercayaan diri, maka individu tersebut jarang khawatir akan kesan yang diberikan baik atau tidak kepada orang lain, individu itu juga tidak punya keraguan ataupun perasaan rendah diri (Lauster, 2015), dan remaja yang memiliki rasa percaya diri pada dirinya akan memiliki gambaran positif yang menyeluruh tentang diri mereka, dapat membuat evaluasi diri terhadap berbagai domain dalam hidupnya-akademik, atletik, penampilan fisik, dan sebagainya (Santrock, 2003).

Faktor-faktor yang berhubungan dengan kepercayaan diri yaitu penampilan fisik (Adams dkk., dalam Santrock, 2003) konsep diri (Lord & Eccles dalam Santrock, 2003) hubungan dengan orang tua (Coopersmith dalam Santrock, 2003) dan dukungan teman sebaya (Harter dalam Santrock, 2003). Berdasarkan faktor-faktor diatas peneliti memilih faktor dukungan teman sebaya yang mempengaruhi kepercayaan diri pada remaja, karena dukungan teman sebaya merupakan faktor yang lebih penting dibandingkan dengan faktor penampilan fisik, faktor konsep diri

dan faktor hubungan dengan orang tua di masa remaja. Ini terbukti dalam suatu penelitian yang dilakukan Harter (dalam Santrock 2003) menunjukkan, bahwa dukungan teman sebaya lebih berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri pada masa remaja awal dari pada masa anak-anak, meskipun dukungan orang tua juga merupakan faktor yang penting untuk rasa percaya diri pada anak-anak dan remaja awal. Faktor dukungan teman sebaya lebih berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri remaja dibandingkan hubungan dengan orang tua, ini karena pada masa remaja, remaja akan mengalami perubahan-perubahan seperti perubahan fisik, kognitif, dan sosial dalam perkembangan remaja itulah yang mempengaruhi hakekat relasi antara orang tua dan remaja (Santrock, 2002).

Menurut Uchino (dalam Sarafino, 2014) dukungan sosial adalah ketika seseorang mendapatkan keyamanan, kepedulian, dihargai atau mendapatkan bantuan yang tersedia dari seseorang atau kelompok. Menurut Sarafino (2014) dukungan dapat ditemukan dari berbagai sumber, bisa dari pasangan atau kekasih, keluarga, teman-teman, dokter, atau pun kelompok organisasi. Orang yang mendapatkan dukungan sosial percaya bahwa dirinya dicintai, dihargai dan bagian dari sebuah jaringan sosial, seperti sekelompok keluarga atau komunitas, yang dapat membantu disaat membutuhkan. Menurut Desmita (2010) teman sebaya adalah anak-anak yang berada pada usia atau tingkat kedewasaan yang kurang lebih sama dengan temannya. Teman-teman sebaya merupakan suatu motivasi yang kuat bagi kebanyakan anak-anak (Santrock, 2002). Remaja akan mencari teman yang mempunyai minat dan nilai yang sama dengan dirinya, yang dapat mengerti dan dapat membuat dirinya merasa aman sehingga remaja dapat mempercayakan dan

membahas masalah-masalah yang tidak dapat dibicarakan dengan orang tua maupun gurunya (Hurlock, 1980).

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial teman sebaya adalah ketika seseorang mendapatkan keamanan, kepedulian, dihargai atau mendapatkan bantuan dari orang lain atau suatu kelompok yaitu kelompok teman sebaya yang memiliki usia atau tingkat kematangan yang kurang lebih sama, yang dimana teman sebaya dapat menjadi suatu motivasi yang kuat dan remaja akan mencari teman yang mempunyai minat dan nilai yang sama dengan dirinya, yang dapat mengerti dan dapat membuat dirinya merasa aman sehingga remaja tersebut dapat mempercayakan dan membahas masalah-masalah yang tidak dapat dibicarakan dengan orang tua maupun gurunya. Sarafino & Smith (2014) mengemukakan beberapa bentuk dukungan sosial, antara lain dukungan emosional dan penghargaan, dukungan nyata atau instrumental, dukungan informasi dan dukungan persahabatan.

Kepercayaan diri merupakan perasaan seseorang yang tidak khawatir mengenai kesan yang ditimbulkan kepada orang lain, tidak punya keraguan dalam setiap tindakan dan tidak memiliki rasa rendah diri (Lauster, 2015). Remaja yang memiliki rasa percaya diri pada dirinya akan memiliki gambaran positif yang menyeluruh tentang diri mereka, dapat membuat evaluasi diri terhadap berbagai domain dalam hidupnya-akademik, atletik, penampilan fisik, dan sebagainya (Santrock, 2003).

Dalam suatu penelitian menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya lebih berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri pada diri individu pada masa remaja

awal dari pada masa anak-anak, meskipun dukungan orang tua juga merupakan faktor-faktor yang penting untuk rasa percaya diri pada anak-anak dan remaja awal (Harter, dalam Santrock 2003). Remaja akan mencari teman yang mempunyai minat dan nilai yang sama dengan dirinya, yang dapat mengerti dan dapat membuat dirinya merasa aman sehingga ia dapat mempercayakan dan membahas masalah-masalah yang tidak dapat dibicarakan dengan orang tua maupun gurunya (Hurlock, 1980), karena pada masa ini teman-teman sebaya merupakan suatu motivasi yang kuat bagi kebanyakan anak-anak (Santrock, 2002).

Di Indonesia baru satu penelitian yang peneliti temukan mengenai hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan kepercayaan diri pada remaja yaitu penelitian yang dilakukan Winata, Yusri, Syahniar (2017). Kekhasan penelitian ini adalah masih belum banyak yang meneliti seberapa besar hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan rasa kepercayaan diri khususnya pada remaja awal di Indonesia.

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, dalam penelitian ini terdapat rumusan masalah sebagai berikut: “apakah ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kepercayaan diri pada remaja?”.

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kepercayaan diri pada remaja.

2. Manfaat penelitian

a. Manfaat teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan mampu menyumbangkan suatu informasi berupa pengetahuan yang dapat dibagikan kepada masyarakat, dan bisa menambah referensi dalam ilmu psikologi khususnya dibidang psikologi kepribadian.

b. Manfaat praktis

Manfaat praktis yang diharapkan lewat adanya penelitian ini dapat menambah pengetahuan akan pentingnya kesadaran untuk mempunyai kepercayaan diri dalam menjalankan kehidupan sehari-hari khususnya pada masa remaja awal.