

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Usia remaja berada pada masa perkembangan yang seringkali mengalami masalah pertumbuhan dan perkembangan termasuk emosi dan pola pikir. Perkembangan dan pertumbuhan tersebut terkait dengan penyesuaian diri remaja terhadap tuntutan keluarga, masyarakat, dan lingkungan. Hal tersebut dikarenakan remaja sedang berproses mencari jati dirinya. Faktor penyebab stres pada remaja salah satunya yaitu stresor eksternal. Stresor eksternal berasal dari luar diri seseorang misalnya perubahan lingkungan sekitar, keluarga, dan sosial budaya (Siswanto, 2007).

Stres yang remaja alami disebabkan oleh banyaknya tekanan. Tekanan yang mereka dapatkan salah satunya berasal dari keluarga seperti adanya harapan orang tua yang selalu menginginkan anaknya berprestasi, terjadinya konflik keluarga seperti perceraian atau pertengkaran orang tua, dan lain sebagainya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Herwina (2006) mengatakan bahwa remaja mengalami stres karena masalah hubungan dengan orang tua sebesar 14,9%, masalah hubungan dengan teman sebesar 10,9%, masalah fisik (tubuh) sebesar 9,7%, masalah masa depan 9,7%, dan masalah keuangan 9,7%. Hal ini menunjukkan bahwa masalah hubungan dengan orang tua memiliki pengaruh remaja mengalami stres.

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Hoffman (1999) pada 120 remaja SMA di Amerika mengatakan bahwa perbedaan pendapat antara orang tua sering

terjadi, tuntutan orang tua dianggap sangat mengganggu, remaja takut tidak bisa memenuhi harapan orang tua. Rutter (dalam Hoffman, 1999) juga mengatakan hal yang sama, sering terjadi ketegangan antara orang tua dan anak, larangan-larangan dari orang tua sering dilanggar oleh remaja. Remaja menganggap bahwa yang paling mengerti dirinya adalah teman-temannya. Sebenarnya remaja dapat membicarakan masalah mereka dan mengembangkan keterampilan menyelesaikan masalah, tetapi karena pergolakan emosional dan ketidakyakinan remaja dalam membuat keputusan penting, membuat remaja perlu mendapat bantuan dan dukungan dari orang dewasa atau keluarga (Nasution, 2007).

Dalam hal ini remaja dituntut memiliki kemampuan menghadapi sebuah tekanan atau situasi yang sulit dalam kehidupannya. Kemampuan ini yang akan membuat remaja mampu bertahan maupun bergerak maju dalam situasi yang sulit. Kemampuan inilah yang disebut dengan resiliensi (Ungar, 2008).

Resiliensi sendiri diartikan sebagai kemampuan mengembalikan diri dari kesulitan dan perubahan yang terjadi kepada fungsi sebelumnya dan bergerak maju menuju perbaikan (Kalil, 2003). Pada umumnya resiliensi ditandai dengan adanya hasil yang baik meskipun dalam kondisi kesulitan, mampu untuk tetap memiliki kompetensi walaupun berada di bawah tekanan ataupun adanya proses pemulihan dari trauma (Kalil, 2003). Dengan kata lain, remaja membutuhkan dukungan dari orangtua dan orang dewasa yang ada disekitarnya untuk membantu mengatasi permasalahan-permasalahan yang dihadapi dan menghadapi tuntutan lingkungan sosial yang lebih luas, yaitu masyarakat terhadap mereka (Dagun, 2005). Dalam hal ini, keluarga terutama orang tua sebagai yang paling berperan dalam membentuk resiliensi remaja.

Keluarga merupakan institusi pertama dalam pembangunan sumber daya manusia. Pertama karena dalam keluarga, individu dapat tumbuh kembang. Kedua karena keluarga, aktivitas utama kehidupan seorang individu berlangsung (Sunarti, 2008). Keluarga yang harmonis dapat menciptakan penyesuaian sosial yang baik pada diri anak, namun sebaliknya jika keluarga tidak memiliki peran bagi anak maka anak akan merasa tidak mendapatkan perhatian dan perlindungan dari orang tuanya, maka akan mencoba mencari kenyamanan dan kesenangan di luar.

Dari hal tersebut dapat dijelaskan bahwa keluarga menjadi salah satu penyebab stresor pada remaja. Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan antara keharmonisan keluarga dengan resiliensi terhadap tingkat stres pada remaja di sekolah menengah atas”.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti mengidentifikasi masalah yang menjadi penyebabnya resiliensi terhadap tingkat stres pada remaja di sebuah keluarga sebagai berikut :

1. Keluarga faktor penyebab stresor eksternal pada remaja.
2. Resiliensi yang buruk akan mempengaruhi remaja berperilaku negatif.
3. Keluarga yang harmonis faktor utama untuk remaja memiliki resiliensi yang baik.

1.3. Pembatasan Masalah

Sebuah penelitian menjadi lebih spesifik jika dibatasi ruang lingkup permasalahan yang terjadi. Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dipaparkan, peneliti memberikan ruang lingkup hanya pada :

1. Hubungan antara keharmonisan keluarga dengan resiliensi terhadap tingkat stres pada remaja di sekolah menengah atas.
2. Remaja pertengahan usia 15-18 tahun.
3. Remaja pada SMA Negeri 55 Jakarta.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang telah dipaparkan diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut :

“Apakah terdapat hubungan antara keharmonisan keluarga dengan resiliensi terhadap tingkat stres pada remaja di sekolah menengah atas ?”

1.5. Kegunaan Hasil Penelitian

Penelitian tentang hubungan antara keharmonisan keluarga dengan tingkat resiliensi depresi pada remaja di sekolah menengah atas diharapkan mampu memberikan kegunaan sebagai berikut :

1. Kegunaan Teoritis

Hasil penelitian ini memberikan kontribusi ilmiah bagi ilmu keluarga dalam membangun sebuah keharmonisan dalam keluarga dan menjadikan acuan pemahaman bagi remaja yang baik untuk melakukan perilaku positif dalam kehidupan sehari-hari.

2. Kegunaan Praktis

- a. Bagi subjek penelitian

1. Orang tua

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan orang tua terhadap perilaku remaja saat ini.

2. Organisasi penelitian terkait

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dengan lembaga KUA untuk memberikan pengarahan mengenai keharmonisan dalam sebuah keluarga dan sekolah untuk memberikan pengarahan mengenai dampak buruk dalam melakukan penyimpangan sosial.

b. Bagi masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam pembuatan penyuluhan atau pengarahan sosial mengenai masalah keluarga dan remaja.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan acuan bagi penelitian selanjutnya mengenai resiliensi pada remaja pertengahan dan hubungannya dengan keharmonisan keluarga