

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Remaja dikenal dengan istilah "*adolescence*" atau remaja berasal dari kata latin (*adolescere*) kata benda dari *adolescencia* yang berarti remaja, yang memiliki arti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa. Masa remaja sebagai periode badai dan tekanan dimana ketegangan emosi yang meninggi dimana awal masa remaja berlangsung kira-kira dari tiga belas tahun sampai tujuh belas tahun dan akhir masa remaja dari delapan belas tahun hingga dua puluh tahun, yaitu usia matang secara hukum (Hurlock, 1980). Masa remaja (*adolescence*) ialah periode perkembangan transisi dari masa kanak-kanak hingga masa dewasa yang mencakup perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosial remaja dimulai kira-kira usia 10-13 tahun dan berakhir pada usia 18-22 tahun itulah yang membedakan remaja awal dan remaja akhir (Santrock, 2003).

Tidak semua remaja mengalami masa badai dan tekanan, namun sebagian besar remaja mengalami ketidakstabilan emosi dari waktu ke waktu sebagai konsekuensi dari usaha penyesuaian diri pada pola perilaku baru dan harapan sosial yang baru yang sejalan dengan salah satu tugas perkembangan masa remaja yang berhubungan dengan penyesuaian sosial dimana remaja harus menyesuaikan diri dengan lingkungan selain lingkungan keluarga (Liskasiwi & Astuti, 2020).

Menurut Hurlock (1980) remaja yang mengetahui bahwa sikap dan perilakunya dianggap “tidak matang” oleh kelompok sosial dan yang menyadari bahwa orang lain memandangnya tidak mampu menjalani peran dewasa yang baik, maka akan mengembangkan sikap minder atau merasa lebih rendah daripada orang lain, sehingga individu tidak puas pada diri sendiri dan mempunyai sikap menolak diri. Remaja yang memiliki kecemasan sosial pada penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi, Mirza & Haenidar (2019) didapatkan hasil bahwa remaja yang memiliki kecemasan sosial akan mempunyai *self esteem* yang rendah lalu jika remaja memiliki *self esteem* yang rendah maka akan mengarah kepada pemikiran distorsi yang dibuktikan dalam penelitian oleh Febrina, Suharso, & Saleh (2018) terkait dengan *self esteem* yang dimiliki oleh remaja menunjukkan bahwa adanya pemikiran

distorsi dalam diri remaja dan kurangnya dukungan, kehangatan, harapan/ekspektasi, dan pola asuh yang berbeda dari keluarga, serta label negatif dari guru dan teman di sekolah yang menguatkan remaja menilai dirinya negatif sehingga remaja memiliki *self-esteem* yang rendah dan berdampak pada prestasi akademik yang rendah. Tentunya kecemasan sosial ini akan berdampak tidak hanya pada sosialnya namun juga pada *self esteem remaja dan akademiknya*.

Pada tahun 2021, dunia sedang dilanda pandemi Covid-19 secara global. Hampir semua negara yang ada di dunia mengalami pandemi Covid-19, tak terkecuali Indonesia. Kondisi ini membuat masyarakat tidak siap menghadapi sehingga menimbulkan kecemasan bagi remaja dan dibuktikan pada penelitian yang dilakukan oleh Fitria & Ifdil (2020) bahwa tingkat kecemasan remaja berada pada kategori tinggi sebesar 54 persen dari 100 persen.

Tentunya setiap manusia pernah merasakan kecemasan di setiap harinya dan dihadapkan pada situasi atau kejadian yang memicu kecemasan. Misal quiz dan ujian mendadak, lalu disuruh untuk presentasi, mempunyai deadline pekerjaan/tugas dan sebagainya. Namun jika porsi kecemasan ini sudah berlebihan dan tidak sesuai dengan proporsi ancamanya, maka dari sinilah terbentuknya kecemasan yang mengarah pada gangguan yang akan menghambat fungsi seseorang dalam kehidupannya.

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 (La Greca & Lopez, 1998). Pada Hasil penelitian yang dilakukan di Indonesia pada tahun 2013 didapatkan data sebanyak 15,8% individu yang mengalami kecemasan sosial (Vriends, *et. al*, dalam Rachmawaty, 2015).

Bentuk dari kecemasan sosial yang ekstrim pada remaja adalah membisu dengan hanya memilih berbicara pada situasi tertentu sebesar 70% hingga 95% (Dilbaz, Asli, & Cavus, 2011). Rasa takut yang intens dan evaluasi negatif yang berlebihan ketika dihadapkan pada situasi sosial merupakan ciri dari kecemasan sosial (Schulze, Lobmaier, Arnold, & Renneberg, 2013). Kecemasan sosial merupakan masalah kesehatan mental peringkat ketiga setelah depresi dan penyalahgunaan alkohol Pierce (dalam Rachmawaty 2015)

Kecemasan sosial ditandai dengan adanya persepsi marabahaya dalam situasi sosial serta munculnya potensi penolakan orang lain (Rachmawaty, 2015). Sebuah penelitian yang dilakukan terhadap 1500 pelajar melaporkan bahwa adanya kecemasan yang menunjukkan sikap rasa malu, takut dikritik, serta kecemasan terhadap evaluasi yang buruk serta perubahan fisik seperti berkeringat ketika berada dalam situasi public seperti berpidato atau situasi yang membutuhkan partisipasi secara langsung (Joshi, 2013).

Berperilaku menghindari baik secara terang-terangan maupun secara halus yang berdampak pada ketakutan terus-menerus, intens, kronis yang berlebihan dapat mengakibatkan seseorang hanya memiliki jaringan sosial yang lebih kecil, kurangnya dukungan sosial, rendahnya kualitas hidup jangka panjang yang dapat menimbulkan isolasi sosial dan berpotensi pada bunuh diri (Tillfors, Persson, Willen, & Burk, 2012)

Sumber kecemasan bisa berasal dari eksternal yang berasal dari individu seperti tidak memiliki keyakinan dan kemampuan diri. Sumber kecemasan eksternal dapat berasal dari lingkungan. Adanya pengaruh dari lingkungan membuat rasa ketidaknyamanan pada individu yang memicu timbulnya kecemasan. Efek kecemasan yang ditimbulkan seperti pada tingkat rendah atau disebut (*facilitating anxiety*) yaitu jika seseorang cemas dapat hasil yang buruk maka ia akan berusaha lalu mempersiapkan diri. Dalam hal ini kecemasan memiliki efek positif berbeda jika kecemasan berperan pada tingkat yang besar atau disebut (*debilitating anxiety*) maka akan mengganggu individu yang merasakan akan mengalami tidak bisa tidur, gelisah, tidak dapat berkonsentrasi bahkan mengganggu aktifitas (Fauziah & Widury, 2007).

Kecemasan sosial pada remaja dapat dibentuk dari lingkungan rumah seperti peran dari orang tua yang sangat erat kaitannya dengan kecemasan sosial remaja. Hubungan orangtua dan anak menjadi salah satu kontributor bagi perkembangan atau pemeliharaan kecemasan sosial pada anak. Hubungan ini ditandai dengan proteksi berlebihan (atau kontrol tinggi) dan tingkat kehangatan dalam hubungan orang tua dan anak yang rendah (Lieb, 2000). Penelitian yang dilakukan oleh Rork & Morris (2009) menjelaskan bahwa orang tua yang melakukan *overcontrolling* terhadap anak memiliki dampak pada kecemasan anak

yang lebih besar. Ini juga dibuktikan dalam penelitian yang dilakukan oleh Rachmawaty (2015) bahwa ada hubungan yang signifikan antara peran pola asuh otoriter seperti kontrol yang berlebih akibatnya dapat merusak perilaku prososial pada anak.

Dampak perkembangan dari beberapa aspek yang ditimbulkan oleh *social anxiety* pada aspek sosial anak melakukan penghindaran jika harus dilibatkan dalam situasi sosial. Penelitian yang dilakukan oleh Sari (2020) membuktikan bahwa ada pengaruh besar dari pola asuh otoriter orang tua bagi kehidupan sosial anak di mana itu memberikan banyak pengaruh negatif, seperti kurang memiliki rasa sosial, tidak percaya diri dan cenderung pendiam, takut melakukan kesalahan, serta takut melakukan hal-hal baru. Pada situasi ini anak selalu ketakutan dan cemas yang tinggi, yang sebenarnya tidak sesuai dengan ancaman yang ditimbulkan situasi sosial yang dihadapinya lalu ini dapat berdampak akademiknya dimana anak jika berada dilingkungan sekolah menjadi pendiam, penyendiri lalu juga suka termenung di kelas menyebabkan tidak fokus.

Penelitian yang dilakukan oleh Weeks, Coplan, & Kingsbury (2009) menjelaskan bahwa anak-anak yang memiliki kecemasan sosial dianggap kurang terampil secara akademik dan tidak bahagia dengan hubungan teman sebaya yang mereka miliki, khususnya mereka lebih cenderung kesepian dibanding anak-anak yang lainnya. Pada masa remaja akhir, kecemasan sosial dapat berdampak pada harga dirinya, semakin tinggi kecemasan sosial maka akan semakin rendah harga diri yang dimilikinya (Tajuddin & Haenidar, 2019). Tidak hanya berpengaruh pada harga diri, kecemasan sosial pada remaja akhir dapat menjadi prediktor dari depresi (Nur, 2017). Selain itu remaja yang memiliki kecemasan sosial akan cenderung mengalami kesulitan dalam proses belajar, rendahnya rasa percaya diri terhadap hubungan antara remaja dengan keluarganya dan cenderung memiliki jumlah teman yang lebih sedikit (Mehtalia & Vankar, 2004).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Mothander & Wang (2014) menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara keterikatan remaja dengan orang tua lebih kuat dibanding dengan keterikatan pengasuh dan teman sebaya. Selain itu, teman sebaya juga ditemukan sebagai salah satu aspek yang berpengaruh pada kecemasan sosial pada remaja (Kholifah, 2016). Akibatnya, anak cenderung merasa

diabaikan teman seusianya, lalu timbul perasaan malas datang ke sekolah karena merasa sendiri, di mana situasi ini berpengaruh pada akademis anak yang juga tidak dapat berkonsentrasi pada jam pelajarannya.

Dalam memilih pola asuh dapat berdampak kedepannya bagi anak pada masa dewasa. Pola asuh merupakan suatu bentuk interaksi orangtua dan anak dalam pemenuhan fisik maupun psikologis anak. Baumrind (1991) mengidentifikasi bahwa terdapat tiga pola asuh yaitu *authoritarian*, *authoritative*, dan *permissive*. Orang tua dengan pola pengasuhan otoriter dikarakterkan dengan keterlibatan penuh dalam hidup anak, aturan yang berlebih dan tidak memberikan anak ruang untuk berdiskusi. Sebaliknya ada tipe pola asuh yang sedikit terlibat dalam kehidupan anak, sedikit tuntutan dan tidak memberikan aturan lalu juga tidak adanya hukuman. Pola asuh otoritatif masih mendorong anaknya agar mandiri namun masih memberikan batas dan pengendalian atas tindakan yang dilakukan oleh anaknya. Dalam pola pengasuhan tentunya setiap orang tua memiliki gaya yang berbeda di sinilah terletak perbedaannya. Tentunya pola asuh inilah yang akan membentuk bagaimana anak dalam masa dewasa nantinya dan mempengaruhi perkembangan anak.

Perilaku pengasuhan anak orang tua memiliki peran kunci dalam perkembangan gangguan kecemasan pada anak-anak dan remaja dan juga pengaruh besar terhadap perkembangan anak. Pada penelitian yang dilakukan oleh Xu, Ni, Ran, & Zhang (2017) menjelaskan bahwa adanya perbedaan yang signifikan antara kelompok yang memiliki kecemasan sosial yang tinggi dan kecemasan sosial yang rendah. Anak yang mendapatkan *paternal emotional warmth* dari orang tua dapat menurunkan kecemasan sosial yang dirasakan, dan bagi mereka yang mendapatkan *maternal overprotection* dari orang tua bisa meningkatkan kecemasan sosial yang dirasakan oleh anak (Xu, Ni, Ran, & Zhang, 2017)

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Mousavi, Low, & Hashim (2016) dengan sampel Asia, Eropa/Amerika menjelaskan bahwa sampel Asia melaporkan memiliki gejala kecemasan yang lebih besar. Ini terjadi karena adanya penolakan orang tua, pengasuhan cemas dan kontrol /perlindungan (Mousavi, Low, & Hashim, 2016).

Parental overprotection mengacu pada pola asuh yang berlebihan akan aktivitas dan rutinitas anak atau instruksi kepada anak tentang bagaimana berpikir atau bahkan merasa. Pemberian pola asuh ini bisa mengurangi kemampuan anak untuk berfungsi sendiri, dengan demikian akan meningkatkan kecemasan ketika anak berkembang untuk bertindak secara mandiri. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Spokas & Heimberg (2009) mendapatkan hasil bahwa adanya hubungan antara pola asuh orang tua dengan kecemasan sosial di mana orang tua yang overprotektif akan mempengaruhi pola pikir anak sehingga *locus of control* yang dimiliki anak akan memediasi hubungan antara pola asuh orang tua dengan kecemasan sosial yang dirasakan oleh anak.

Pola asuh dengan gaya otoriter atau *overprotection* dapat meningkatkan tingkat kecemasan karena terlalu banyak penolakan yang dapat menyebabkan ketidakpercayaan diri dan pribadi yang *dependent*. Hal ini dibuktikan oleh penelitian yang dilakukan oleh Wolfradt, Hempel, & Miles (2003) menjelaskan bahwa pola asuh otoriter memiliki skor yang tinggi terhadap kecemasan pada remaja di mana pola asuh yang dirasakan oleh remaja memiliki pengaruh yang substansial terhadap tingkat psikopatologi. Penelitian lain yang dilakukan oleh Bogels, Stevens, & Majdandzic (2011) mendapatkan hasil bahwa anak yang memiliki kecemasan sosial yang tinggi memiliki pengaruh dari perilaku ayah yang diberikan kepadanya dibanding perilaku ibu, sedangkan anak dengan kecemasan sosial yang normal atau rendah memiliki pengaruh dari perilaku ibu dibanding perilaku ayah.

Seperti yang sudah dijelaskan sebelumnya dalam beberapa penelitian membuktikan bahwa salah satu faktor eksternal yang berperan pada kecemasan sosial adalah pola asuh orang tua, dimana tipe pola asuh akan menentukan tinggi rendahnya kecemasan sosial pada anak. Oleh karena itu fokus penelitian ini saya kali ini adalah untuk melihat hubungan antara pola asuh otoriter pada kecemasan sosial remaja di wilayah Jabodetabek.

1.2 Identifikasi Masalah

1. Bagaimana gambaran pola asuh otoriter yang diterima oleh remaja akhir di wilayah Jabodetabek?
2. Bagaimana gambaran kecemasan sosial pada remaja akhir di wilayah Jabodetabek?

3. Apakah terdapat hubungan antara pola asuh otoriter dengan kecemasan sosial pada remaja akhir di wilayah Jabodetabek?

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, perlu diberikan pembatasan masalah untuk memperjelas dan memfokuskan pada fenomena yang ingin diteliti. Penelitian ini fokus pada penelitian terkait hubungan antara pola asuh otoriter dengan kecemasan sosial pada remaja akhir di wilayah Jabodetabek.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah, terdapat rumusan masalah pada penelitian ini, yaitu: “Apakah terdapat hubungan antara pola asuh otoriter dengan kecemasan sosial pada remaja akhir di wilayah Jabodetabek?”

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola asuh otoriter dengan kecemasan sosial pada remaja akhir di wilayah Jabodetabek.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini bermanfaat untuk pengembangan dan informasi dalam bidang psikologi terkait dengan pola asuh otoriter dan kecemasan sosial.

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Mahasiswa

Diharapkan dengan adanya penelitian ini mahasiswa dapat menumbuhkan dan meningkatkan ketangguhan untuk bisa melewati kecemasan sosial yang dirasakan karena sudah mengetahui gambaran dari kecemasan sosial.

2. Bagi Orang tua

Memberikan gambaran terkait hubungan pola asuh otoriter dengan kecemasan sosial pada remaja akhir yang diharapkan untuk mengubah pemberian pola asuh dari otoriter menjadi pola asuh otoritatif pada anak sehingga jumlah tingkat kecemasan sosial pada remaja akan berkurang.

3. Bagi Perguruan Tinggi

Menjadi referensi pengembangan keilmuan dalam bidang psikologi keluarga khususnya pengasuhan untuk Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.

4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Sebagai bahan acuan untuk pengembangan penelitian selanjutnya pada pembahasan pola asuh otoriter dan kecemasan sosial.

