

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu tugas perkembangan yang harus dipenuhi oleh setiap remaja menurut Havighurts (Hurlock, 2004) yaitu menjalin hubungan dengan lawan jenis. Remaja tentu berkeinginan untuk memiliki pergaulan yang luas dan memiliki banyak teman, tidak hanya dengan yang sejenis tetapi juga dengan lawan jenis. Interaksi sosial yang terjadi antara remaja laki-laki dengan remaja perempuan tidak menutup kemungkinan adanya rasa ketertarikan diantaranya. Ketertarikan tersebut merupakan salah satu ciri perkembangan masa remaja yang kemudian dimanifestasikan dalam sebuah hubungan yang disebut pacaran.

Fenomena pacaran dikalangan remaja kini menjadi hal yang biasa. Hampir sebagian besar remaja yang juga merupakan siswa telah dan pernah berpacaran. Hal ini dapat dilihat diberbagai media massa yang memberitakan anak usia sekolah menengah terkait masalah hubungan antar lawan jenis atau dikenal dengan istilah pacaran. Pada remaja usia 15–19 tahun, proporsi terbesar berpacaran pertama kali pada usia 15–17 tahun. Sekitar 33,3% remaja perempuan dan 34,5% remaja laki-laki yang berusia 15-19 tahun mulai berpacaran pada saat mereka belum berusia 15 tahun (Kementrian Kesehatan RI, 2015). Sedangkan Santrock (2003) berpendapat remaja biasanya mulai

menjalin hubungan pacaran pada usia 14 sampai 15 tahun. Data tersebut menunjukkan bahwa pacaran bukan lagi menjadi hal yang sewajarnya dilakukan orang dewasa, melainkan usia remaja. Masa pacaran merupakan suatu hal yang selalu diinginkan oleh semua remaja. Pacaran diasumsikan sebagai *trend* dalam pergaulan remaja masa kini tanpa mengetahui dampak dari pacaran tersebut. Bahkan beberapa kelompok remaja berpendapat bila belum memiliki pacar berarti belum mempunyai identitas diri yang lengkap.

Perilaku pacaran pada remaja bervariasi mulai dari kegiatan rekreasi yang bersifat pertemanan dan nonseksual hingga keterlibatan seksual dan romantis yang mendalam. Hal ini dibuktikan dengan survey yang dilakukan dalam forum online *brainly* (Saputra, 2014) kepada siswa SMA mengenai alasan mereka berpacaran, sebagian besar mengungkapkan bahwa pacaran sebagai motivasi untuk belajar, pembuktian status, mengikuti *trend* dan ada pula yang menjawab sebagai salah satu cara melampiaskan kebutuhan seksual. Tekanan untuk menjalani masa pacaran baik berasal dari teman sebaya dan orang dewasa disekitar maupun siaran media masa turut memiliki andil dalam keinginan remaja untuk menjalin hubungan pacaran.

Berdasarkan penelitian awal yang dilakukan Triono (2014) terhadap 10 orang siswa/i SMA Negeri 2 Sukoharjo, diketahui bahwa teman dekat sangat mempengaruhi mereka berpacaran, terutama untuk hal positif. Selain itu, mereka juga mengungkapkan bahwa alasan berpacaran karena untuk memotivasi belajar dan agar tidak dikucilkan oleh temannya.

Ketika remaja dituntut untuk mampu menjalin hubungan dengan lawan jenis, maka tanpa disadari diusia remaja pacaran cenderung menjadi hal yang penting. Santrock (2003) mengungkapkan bahwa manfaat secara umum seseorang berpacaran adalah menikmati kebersamaan bersama orang lain. Ketika remaja berada dalam hubungan pacaran, mereka dapat memperoleh rasa cinta kasih sayang, penerimaan lawan jenis, serta rasa aman dari sang pacar. Selain itu, pacaran dapat menjadi sarana untuk melatih keterbukaan, umpan balik dan kemampuan dalam menyelesaikan permasalahan.

Remaja yang menjalani hubungan pacaran secara positif dan merasa puas dan bahagia dengan hubungan percintaannya, maka besar kemungkinan akan membawa dampak positif bagi dirinya. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Saadatun Nisa (2010), menunjukkan bahwa berpacaran dapat memberikan kontribusi positif bagi remaja yang berpacaran. Ketika remaja berpacaran sedang dihadapkan pada suatu konflik, maka solusinya adalah dengan pengendalian diri antara mereka. Selain itu, remaja yang berpacaran dapat saling memotivasi dirinya dalam berbagai hal, seperti motivasi berprestasi, meningkatkan harga diri serta kepercayaan diri. Remaja yang memiliki banyak tuntutan-tuntutan seharusnya menjadikan pacaran sebagai salah satu bentuk dukungan untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam melakukan berbagai hal.

Kepercayaan diri itu sendiri merupakan suatu unsur kepribadian yang memegang peranan penting bagi kehidupan manusia. Martin Perry (2006)

menjelaskan bahwa percaya diri berarti merasa positif tentang suatu hal yang dapat dilakukan dan tidak mengkhawatirkan yang tidak bisa dilakukan, tapi memiliki kemauan untuk belajar. Rasa percaya diri terbentuk melalui sebuah proses. Kepercayaan diri yang kuat dapat terbentuk apabila remaja mampu memahami kelemahan diri dan dapat bereaksi secara positif sehingga tidak menyebabkan adanya perasaan rendah diri. Kepercayaan diri setiap remaja berbeda karena dipengaruhi oleh berbagai hal, salah satunya seberapa besar penerimaan masyarakat atau kelompok pada dirinya. Jika remaja merasa dirinya diterima maka akan muncul perasaan aman dan nyaman untuk melakukan segala hal yang mereka inginkan.

Pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Afiatin dan Andayani (2013) terhadap siswa SMA di Kodya Yogyakarta menunjukkan bahwa permasalahan yang kerap dirasakan dan dialami oleh remaja pada dasarnya disebabkan oleh kurangnya kepercayaan diri. Rasa percaya diri yang memadai akan menyebabkan seseorang tidak mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri terhadap lingkungan baru, punya filsafat hidup sendiri, dan mampu mengembangkan motivasinya. Dengan adanya kepercayaan diri membuat seseorang juga akan sanggup belajar dan bekerja keras guna mencapai kemajuan, serta penuh keyakinan terhadap peran yang dijalannya.

Siswa SMA merupakan usia yang berada pada masa remaja. Hal ini membuat mereka tidak terlepas dari karakteristik remaja yang memang berada dalam masa-masa sulit karena dihadapkan pada situasi untuk mampu

menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan yang terjadi pada dirinya. Pernyataan tersebut didukung oleh Hurlock (2004) yang mengungkapkan bahwa masa remaja merupakan masa yang ditandai dengan adanya perubahan fisik dan psikologis seperti meningkatnya emosi remaja. Perubahan emosi yang terjadi dapat memicu remaja menjadi lebih sensitif, mudah tersinggung dan mudah berubah. Hal ini terkadang membuat remaja menjadi tidak puas dengan kondisi dirinya dan seringkali menyebabkan rasa tidak percaya diri.

Tidak adanya rasa percaya diri maka seseorang tidak dapat mengembangkan potensi-potensi yang dimilikinya dan menjadi manusia yang utuh dalam kehidupan masyarakat (Ashriati, 2006). Kepercayaan diri akan meningkatkan motivasi untuk memperoleh keberhasilan. Rasa percaya diri akan membuat seseorang memiliki kekuatan dalam menentukan langkah dan menjadi faktor utama mengatasi permasalahan.

Perry (2006) juga mengungkapkan bahwa kepercayaan diri dipengaruhi oleh berbagai pengaruh negatif, antara lain: tudingan dan kritik, konformitas, pengucilan, persaingan, kekecewaan, kesempurnaan serta dominasi. Remaja yang belum mencapai kematangan emosi besar kemungkinan mengalami penurunan kepercayaan diri. Selain itu, rasa percaya diri yang rendah dapat menyebabkan ketidaknyamanan secara emosional yang bersifat sementara namun dapat menimbulkan banyak masalah. Lebih lanjut, Santrock (2003) mengungkapkan bahwa ketika tingkat percaya diri yang

rendah berhubungan dengan proses belajar, seperti: prestasi rendah, atau kehidupan keluarga yang sulit, atau dengan kejadian-kejadian yang membuat tertekan, masalah yang muncul dapat menjadi lebih meningkat.

Pernyataan di atas didukung oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh A. Febriyanto (2013) di SMA PGRI 1 Taman yang mengungkapkan bahwa remaja yang kurang percaya diri memiliki ciri-ciri seperti gugup ketika berbicara, wajah menjadi pucat, tubuh berkeringat dan gemetar serta malu menatap teman-teman saat berbicara di depan kelas. Selain itu, dalam pergaulan dengan teman sebaya, ditemukan siswa yang merasa takut untuk berhubungan dengan lawan jenis, kurang percaya diri saat berinteraksi dengan teman yang baru dikenal, serta minder dengan fisik yang dimilikinya. Berdasarkan keterangan tersebut dapat disimpulkan bahwa rendahnya kepercayaan diri dapat mempengaruhi remaja dalam bersosialisasi dengan teman sebaya bahkan bila terus diabaikan.

Padahal apabila isu kepercayaan diri dikaitkan dengan fenomena pacaran yang terjadi dapat dilihat hubungan diantaranya. Long (Naelufara, 2004) mengatakan bahwa keterlibatan dengan lawan jenis atau berpacaran, khususnya pada usia remaja akan memberikan kepuasan sosial, seperti mendapat perhatian dan disukai oleh lawan jenis, persetujuan dari orang tua dan teman, serta *respect* dari kelompok teman sebaya. Kepuasan yang dirasakan oleh remaja tersebut kemudian secara tidak langsung dapat meningkatkan kepercayaan diri dalam diri remaja.

Namun pacaran itu sendiri tidak selalu memiliki dampak positif pada remaja. Dewasa ini, sering kita jumpai remaja yang melakukan berbagai perilaku negatif diantaranya menjadikan pacaran sebagai salah satu bentuk untuk menyalurkan kebutuhan seksual sehingga terjadi perilaku seks bebas. Selain itu, ditemui pula fenomena tindakan kekerasan yang dilakukan terhadap pasangannya. Pacaran jenis ini merupakan pacaran yang tidak sehat karena memiliki dampak yang tidak baik bagi kesehatan reproduksi maupun kehidupan remaja baik secara fisik, psikologis, sosial, maupun spiritual (DeGenova & Rice, 2005)

Maka dari itu, peneliti melakukan studi pendahuluan dengan memberikan kuisioner kepada 31 siswa berpacaran dan 31 siswa yang tidak berpacaran di SMA Negeri 97 Jakarta. Pernyataan dalam angket dibuat berdasarkan indikator dalam aspek kepercayaan diri yang dikemukakan oleh Barbara de Angelis. Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa 51.6% siswa berpacaran memiliki rasa percaya diri yang tinggi, sedangkan 74.2% siswa yang tidak berpacaran berada pada kategori sedang.

Sebanyak 25 siswa berpacaran dan 22 siswa tidak berpacaran mengaku yakin terhadap kemampuan diri sendiri dan mampu menyelesaikan pekerjaannya. Pada indikator kemampuan mengatasi berbagai hambatan, 23 siswa pacaran mengaku dapat mengatasi kesulitan yang muncul namun hanya 17 siswa yang tidak berpacaran mampu mengatasi hambatan tersebut. Selain itu, sebanyak 23 siswa berpacaran yakin mampu memperoleh bantuan dari

orang lain, namun hanya 12 orang siswa tidak berpacaran yang yakin mampu memperoleh bantuan. Hal ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri dalam aspek tingkah laku siswa yang pacaran lebih baik dari yang tidak pacaran. yaitu mampu bertindak menyelesaikan tugas dalam rangka mencapai tujuan yang diinginkan.

Aspek percaya diri selanjutnya adalah aspek emosional, yaitu mampu menguasai segenap sisi emosi dalam diri. Hasil kuisisioner menunjukkan 23 siswa berpacaran mampu mengenali perasaannya namun hanya 15 siswa berpacaran dan 10 siswa tidak berpacaran yang mampu mengungkapkan perasaan tersebut kepada orang lain. Selanjutnya, 26 dari 31 siswa berpacaran mengaku memiliki kemampuan bersosialisasi yang baik dengan lingkungan baru, namun hanya 15 siswa tidak berpacaran yang merasakannya. Dalam hal mengontrol emosi terutama ketika berada dalam situasi sulit, siswa yang tidak berpacaran cenderung lebih mampu mengelolanya dibandingkan siswa yang berpacaran. Lalu pada poin mampu mengetahui kelebihan diri sendiri, baik siswa berpacaran maupun yang tidak pacaran menunjukkan bahwa telah mengetahui potensi dirinya yang dapat dikembangkan.

Kepercayaan diri dalam aspek spiritual, siswa yang berpacaran menunjukkan kepercayaan diri yang sangat baik terhadap diri dan pemikirannya karena 87.1% dari 31 siswa yakin terhadap takdir Tuhan, lalu sejumlah 28 siswa berpacaran dan 27 siswa tidak berpacaran mengaku selalu

berpikir positif terhadap segala hal yang terjadi, serta 27 dari 31 siswa berpacaran dan 28 dari 31 siswa tidak pacaran yakin bahwa hidupnya bermakna. Hal ini menunjukkan bahwa siswa yang berpacaran maupun yang tidak pacaran telah menunjukkan cerminan kepercayaan diri spiritual yang baik.

Kesimpulan dari hasil kuisisioner tersebut mengindikasikan bahwa siswa yang berpacaran di SMA Negeri 97 Jakarta memiliki kepercayaan diri yang baik terutama dalam aspek tingkah laku dan spiritual, namun masih perlu dikembangkan dalam aspek emosional. fenomena pacaran yang marak terjadi pada kalangan remaja dan siswa. Dari hasil wawancara singkat diketahui pula bahwa sebagian besar siswa berpacaran dengan yang usia sebaya. Sedangkan siswa yang tidak berpacaran disebabkan beberapa hal, antara lain ingin fokus belajar, baru putus hubungan dan larangan orang tua.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti bermaksud meneliti perbedaan kepercayaan diri antara remaja yang berpacaran dengan yang tidak berpacaran di lingkungan SMA Negeri 97 Jakarta karena tentu saja hasil studi pendahuluan tersebut tidak dapat digeneralisasikan pada keseluruhan siswa di sekolah tersebut. Maka dalam penelitian ini peneliti menetapkan judul “Perbedaan Kepercayaan Diri Remaja yang Berpacaran dengan Remaja yang Tidak Berpacaran di SMA Negeri 97 Jakarta”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran kepercayaan diri remaja yang berpacaran dan remaja yang tidak berpacaran di SMA Negeri 97 Jakarta?
2. Apakah terdapat perbedaan kepercayaan diri antara remaja yang berpacaran dengan remaja yang tidak berpacaran?

C. Pembatasan Masalah

Agar penelitian ini memudahkan peneliti, jelas dan terarah maka masalah yang akan dikaji dibatasi pada subyek penelitian yaitu siswa SMA Negeri 97 Jakarta yang berpacaran dengan usia sebaya.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu: “Apakah terdapat perbedaan kepercayaan diri remaja yang berpacaran dengan remaja yang tidak berpacaran di SMA Negeri 97 Jakarta?”.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan kepercayaan diri remaja yang berpacaran dan remaja yang tidak berpacaran di SMA Negeri 97 Jakarta.

F. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat bermanfaat secara teoritis maupun praktis sebagai berikut:

1. Kegunaan Teoritik

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi tambahan mengenai ada tidaknya perbedaan kepercayaan diri antara remaja yang berpacaran dengan remaja yang tidak berpacaran.

2. Kegunaan Praktik

a. Bagi Remaja atau Siswa SMA Negeri 97 Jakarta

Memberikan gambaran mengenai kepercayaan diri yang dimiliki dan sebagai masukan bagi para remaja agar tidak terjebak pada perilaku pacaran yang negatif.

b. Bagi Guru BK SMA Negeri 97 Jakarta

Sebagai pertimbangan dalam menentukan layanan maupun metode yang tepat guna meningkatkan kepercayaan diri siswa SMA Negeri 97 Jakarta, serta mengarahkan siswa terhadap pacaran positif.

c. Bagi Mahasiswa Bimbingan Konseling

Sebagai pertimbangan dalam menentukan layanan atau metode yang efektif dan inovatif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa ketika terjun langsung ke sekolah.