

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Menurut Myers(Santrock, 2007) peran gender merupakan seperangkat perilaku-perilaku yang diharapkan (norma-norma) bagi laki-laki dan perempuan. Secara umum, peran gender yang ada pada masyarakat menimbulkan karakteristik gender seperti maskulinitas (laki-laki) dan feminitas (perempuan). Menurut Wandi (2015) maskulinitas merupakan sebuah konstruk kelaki-lakian terhadap laki-laki. Terdapat banyak nilai didalamnya sebagai ketentuan yang menjadi dasar seorang laki-laki "ideal". Barker (Nasir, 2007) menyebutkan bahwa secara umum maskulinitas menganggap tinggi nilai-nilai, antara lain kekuatan, ketabahan, kepuasan diri, aksi, kendali, kemandirian, kekuasaan, solidaritas laki-laki, dan kerja.

Hasyim (2010) menjelaskan bahwa maskulinitas yang berkenaan di Indonesia, maka terdapat mitos yang telah ditanamkan kepada anak laki-laki sejak kecil melalui pola asuh dalam keluarga. Anak laki-laki diberikan mainan seperti pedang, pistol, mobil dan robot untuk menanamkan sifat maskulin. Anak laki-laki dilarang menangis karena akan dianggap lemah dan tidak tangguh. Anak laki-laki yang

menangis akan dianggap sama seperti perempuan. Dalam hal ini maskulinitas yang melekat pada citra laki-laki merupakan disain dari keluarga yang telah mengadopsi nilai-nilai patriarki.

Anak laki-laki yang memasuki masa remaja biasanya akan ditandai oleh, pengembangan kepribadian, pertumbuhan fisik kemandirian, pencapaian kedewasaan, dan adaptasi antara peran dan fungsi dalam kebudayaan sekitar. Menurut Leman, Ahmad, dan Ozarow (Santrock, 2007) gender memiliki peran penting dalam kehidupan sosial remaja, khususnya dalam solidaritas kelompok. Remaja laki-laki yang solider dengan kelompoknya akan dianggap sebagai laki-laki sejati, sedangkan remaja laki-laki akan dianggap tidak maskulin apabila mereka tidak mampu menangani masalah serta perasaan tidak aman yang dirasakannya. Hal ini menggambarkan bahwa remaja laki-laki memiliki pemaknaan sempit dari solidaritas. Sehingga menurut Leman, Ahmad, dan Ozarow (Santrock, 2007) ketika muncul konflik remaja laki-laki cenderung enggan menceritakan masalahnya secara terbuka karena hal itu dianggap tidak maskulin. Remaja yang tidak mampu menunjukkan maskulinitasnya akan mendorong mereka untuk mengembangkan identitas perilaku maskulin menjadi agresif. Ketika remaja tidak biasa mengembangkan identitas diri, maka akan mengalami kebingungan. Sehingga, berkemungkinan

melakukan tindakan menyimpang, melakukan kriminalitas, atau menutup diri (mengisolasi diri) dari masyarakat.

Menurut Moteiro, dkk (2011) maskulinitas ibarat pedang bermata dua, satu sisi laki-laki diuntungkan apabila berhasil mengikuti syarat yang ada, sisi lainnya justru menyingkirkan laki-laki yang tidak berhasil memenuhi persyaratan yang ada. Tidak semua laki-laki mampu memenuhi persyaratan yang ada. Namun, demi harga dirinya, banyak laki-laki yang rela menipu dirinya sendiri agar tidak dipermalukan. Kegagalan pembuktian diri pun berefek pada psikologis laki-laki karena menimbulkan stres hingga depresi dalam hidup.

Dalam kehidupan sosial, kegagalan pemenuhan harapan dalam pembuktian diri semacam ini dapat memicu timbulnya konflik peran gender. Menurut O'neil (2008) konflik peran gender adalah suatu keadaan psikologis seseorang sebagai akibat dari sosialisasi peran gender pada laki-laki yang membawa konsekuensi negatif bagi diri sendiri atau orang lain. Secara umum, terdapat empat permasalahan yang dialami dalam konflik peran gender yaitu isu mengenai sukses, kekuatan & kompetisi; keterbatasan pengekspresian emosi; keterbatasan afeksi antara laki-laki; serta konflik antara pekerjaan/sekolah dan keluarga. Setiap laki-laki mengalami konflik peran gender pada aspek yang berbeda-beda. Secara empiris konflik peran gender berkaitan dengan harga diri, kepercayaan diri, masalah

komunikasi, depresi, kesehatan, homofobia (ketakutan atau kebencian terhadap kaum homoseksual dan homoseksualitas), masalah keintiman, konflik perkawinan, gangguan emosi, penyalahgunaan zat, serta kekerasan terhadap perempuan (Oneil, 2008).

Watts & Borders (2015) melakukan sebuah studi kualitatif yang membuktikan bahwa konflik peran gender adalah proses perkembangan yang diawali sejak masa remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Rachmawati (2015) yaitu gambaran mengenai konflik peran gender remaja laki-laki yang dilakukan di SMA Negeri DKI Jakarta dengan jumlah sampel dalam penelitian berjumlah 494 remaja laki-laki. Menunjukkan hasil data bahwa 70% atau 348 dari 494 siswa laki-laki di SMAN DKI Jakarta mengalami permasalahan konflik peran gender. Dalam penelitian lain yang dilakukan Lestary & Sugiharti (2007) menjelaskan bahwa faktor yang paling berpengaruh pada perilaku beresiko remaja di Indonesia adalah jenis kelamin. Dimana remaja laki-laki mempunyai peluang 30 kali lebih besar sebagai perokok aktif, 10 kali lebih besar peminum alkohol, 20 kali lebih besar untuk mengkonsumsi narkoba, dan 5 kali lebih besar melakukan hubungan seksual pranikah, jika dibandingkan dengan remaja perempuan. Hasil penelitian Kristanti, dkk (2010) menyebutkan bahwa empat kota yang memiliki tingkat konsumsi alkohol pada remaja tertinggi terjadi di Jakarta, Medan, Surabaya, dan Bandung dimana

alkohol merupakan langkah awal sebelum remaja menyalahgunakan narkoba. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Prof. Luh Ketut Suryani (2016) angka bunuh diri lebih banyak dilakukan oleh laki-laki yakni sebanyak 70% dibandingkan perempuan yang berjumlah 30%. Beliau menyampaikan bahwa terdapat perubahan mencolok dari hasil penelitiannya sejak 2006. Kini alasan bunuh diri lebih banyak disebabkan karena gangguan jiwa, depresi, hubungan keluarga yang tidak harmonis, penyakit fisik dan faktor ekonomi. Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa berdasarkan jenis kelamin, laki-laki memiliki perilaku berisiko lebih tinggi dibandingkan perempuan seperti penggunaan obat-obatan, alkohol, rokok, hubungan seks pra-nikah hingga bunuh diri yang kemungkinan disebabkan oleh gangguan jiwa, depresi, hubungan keluarga, dan faktor ekonomi.

Menurut Widyatama (2006) dalam perspektif gender, maskulin maupun feminin sebenarnya merupakan pilihan. Yang berarti laki-laki dan perempuan dapat secara bebas memilih penampilannya sendiri sesuai dengan yang disukainya. Tidak ada keharusan untuk laki-laki menampilkan dirinya sebagai sosok maskulin, begitu juga dengan feminine bagi perempuan. Karakteristik perna gender tersebut dapat dipertukarkan satu sama lain. Laki-laki bisa berpenampilan feminin begitu juga perempuan, mereka dapat memilih penampilan sebagai

sosok maskulin. Namun bagi laki-laki yang sedang mengalami konflik peran gender, maka mencari bantuan merupakan perilaku yang diharapkan. Jika dikaitkan dengan kehidupan yang akan dijalani remaja laki-laki berikutnya, yaitu berproses menjadi dewasa. Maka hal ini sangat penting untuk dibahas dan ditindak lanjuti.

Di jenjang sekolah menengah, siswa laki-laki yang mengalami konflik peran gender dapat meminta bantuan kepada guru BK atau Konselor. Dalam sistem pendidikan sekolah menengah di Indonesia posisi guru BK sebagai penyelenggara profesi pelayanan bimbingan dan konseling sudah memiliki peran dan posisi yang jelas. Peran konselor sebagai salah satu komponen layanan dukungan siswa adalah membantu perkembangan aspek-aspek pribadi, belajar, sosial, dan karir siswa, melalui pemberian bantuan kepada siswa, antara lain perencanaan individu, pemberian pelayanan responsif, dan pengembangan dukungan sistem yang diharapkan dapat membantu permasalahan siswa, termasuk permasalahan konflik peran gender siswa laki-laki.

Berdasarkan hasil wawancara kepada guru BK di SMAN 36 Jak-Tim, SMAN 77 Jak-Pus, SMAN 45 Jak-Ut, dan SMAN 37 Jak-Sel didapatkan penjelasan bahwa kegiatan konseling di sekolah terutama oleh siswa laki-laki dilakukan berdasarkan laporan wali kelas atau panggilan setelah terjadinya kasus. Siswa laki-laki cenderung lebih

tertutup pada masalah yang mereka miliki dan akan lebih terbuka jika mendapat panggilan dari BK. Pelaksanaan konseling juga didominasi dengan cara tanya jawab, bercerita, diskusi secara tatap muka dan berarti tidak menggunakan media pembantu pada pelaksanaannya. Selain itu, hasil forum group discussion yang dilakukan pada tanggal 26 April 2018 kepada enam siswa laki-laki di SMAN 36 Jakarta didapatkan data bahwa satu dari enam siswa pernah menceritakan permasalahannya kepada guru BK, namun tidak ada tindak lanjut. Dalam pengungkapan emosi lima dari enam siswa merasa kesulitan dalam mengungkapkan emosinya. Dalam aspek pengungkapan perasaan kepada sesama laki-laki, semua siswa memiliki keterbatasan pada pengungkapan secara fisik (berpelukan atau bergandeng tangan). Dan terakhir pada aspek hubungan pertemanan dan keluarga, empat dari enam siswa tidak suka menceritakan permasalahannya dengan keluarga dan teman. Menurut Good et al (1989) laki-laki yang mencari pertolongan sebagai pengakuan kegagalan, merupakan ancaman bagi keberhasilan dan kekuasaan. Menurut Taylor (1985) laki-laki yang memiliki konflik peran gender cenderung memiliki kesulitan untuk mengalami, membayangkan, merenungkan atau mengungkapkan emosi. Sehingga, bantuan kepada diri sendiri adalah salah satu metode yang dapat dilakukan oleh siswa laki-laki untuk mendapatkan informasi dan wawasan

mengenai konflik peran gender, oleh karena itu bantuan diri dapat dijadikan sebagai suatu alternatif bantuan yang dikerjakan secara mandiri terutama bagi siswa laki-laki yang merasa tidak nyaman untuk mengutarakan atau bercerita mengenai permasalahan yang sedang dialami kepada orang lain di sekitarnya, terutama siswa laki-laki yang mengalami konflik peran gender.

Tucker-Ladd (1998) mengatakan bahwa bantu diri adalah pendekatan yang memaksimalkan peran seseorang untuk mengubah perilakunya secara mandiri tanpa bantuan terapis. Menurut Anderson (2010) tujuan bantu diri yaitu membantu dan mengarahkan individu dalam membuat perubahan, untuk meningkatkan manajemen-diri, daripada hanya pemberian informasi saja. Norcross (2000) menyebutkan bahwa bantu diri yang sering direkomendasikan oleh psikoterapis, yaitu buku bantu diri. Pernyataan tersebut diperkuat oleh Starker (1986) dalam penelitiannya, menemukan 88% keberhasilan self-help book dalam melengkapi pengobatan psikologi mereka. Dalam sebuah survei yang serupa, 60% dari psikolog menemukan bahwa self-help book membantu proses terapi perubahan (Starker, 1988).

Menurut Bergsma (2008) dalam konteks psikologi, buku bantu diri adalah upaya pemecahan masalah secara mandiri tanpa pertolongan seorang profesional. Sehingga, semua buku yang dapat membantu dalam tujuan praktis disebut buku bantu diri. Songprakun



(2010) menjelaskan bahwa tujuan buku bantu diri, yaitu memberikan informasi, menghasilkan wawasan, merangsang diskusi, menciptakan kesadaran akan masalah orang lain, memberikan solusi untuk masalah, dan memecahkan masalah setelah menyelesaikan buku.

Maka jika dihubungkan dengan fenomena yang akan diteliti oleh peneliti, buku bantu diri merupakan metode yang tepat sebagai sumber informasi dalam proses bantu diri yang bertujuan untuk mencapai tujuan yang diinginkan dan mendapatkan arahan agar dapat memberikan wawasan dan bantuan dalam upaya penyelesaian masalah. Bentuk buku bantu diri yang akan dibuat memuat cakupan isi yang relevan yaitu hakikat gender, peran gender, dan konflik peran gender, mitos maskulin, faktor penyebab terjadinya konflik peran gender, dampak konflik peran gender, terapi peningkatan harga diri. Terapi peningkatan harga diri digunakan sebagai metode pemulihan pada harga diri sebagai salah satu akibat dari konflik peran gender. Dengan harapan siswa dapat menemukan kepercayaan diri sehingga memiliki keyakinan bahwa dirinya layak menerima dan menjalani kehidupan yang membahagiakan, damai dan tidak takut akan masa depan dan meningkatkan harga diri untuk berdamai dengan kehidupan dan menjalankan kehidupan dengan penuh keyakinan, sehingga memiliki tingkat kemampuan yang tinggi untuk mengatasi masalah-masalah dalam hidup. Tema yang digunakan dalam pengembangan

buku bantu diri ini ialah identitas, tema bertujuan membentuk identitas diri agar siswa mudah diingat dan dikenal oleh orang-orang karena identitas tersebut memudahkan dirinya untuk berhubungan dengan orang lain.

Berdasarkan fakta dan fenomena diatas, peneliti tertarik mengembangkan buku bantu diri untuk konflik peran gender untuk remaja laki-laki di kalangan SMA Negeri DKI Jakarta. Buku bantuan diri yang akan dikembangkan merupakan suatu layanan Bimbingan Konseling yang menawarkan informasi yang dapat membantu siswa laki-laki terutama yang tidak nyaman untuk menceritakan permasalahan yang sedang dialami kepada orang lain di sekitarnya serta tidak tahu tempat untuk meminta bantuan. Dapat digunakan secara mandiri sehingga siswa dapat menggunakannya sendiri di rumah untuk pertolongan lebih lanjut.

## **B. Fokus Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka peneliti memfokuskan pengembangan hipotetik buku bantuan diri untuk konflik peran gender pada remaja laki-laki, dengan menggunakan tema identitas sebagai masalah dalam penelitian ini. Tema ini berfokus pada pengenalan identitas diri yang berkaitan dengan upaya untuk membuat pilihan yang tepat dalam hidup dan perbaikan diri. Buku ini mencakup hakikat gender, peran gender, dan konflik peran gender, mitos maskulin, faktor penyebab terjadinya konflik peran gender, dampak konflik peran gender, terapi peningkatan harga diri.

## **C. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana prosedur pengembangan buku bantu diri tentang konflik peran gender pada remaja laki-laki?
2. Bagaimana mengembangkan buku bantu diri tentang konflik peran gender pada remaja laki-laki?
3. Apakah secara hipotetik pengembangan buku bantu diri dapat membantu siswa untuk mencegah konflik peran gender pada remaja laki-laki?

#### **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat dari pengembangan buku bantu diri yaitu :

1. Manfaat buku bantu-diri

Buku bantu diri ini dikembangkan untuk memberi pengetahuan mengenai hakikat gender, peran gender, dan konflik peran gender, mitos maskulin, faktor penyebab terjadinya konflik peran gender, dampak konflik peran gender, tips untuk mencegah konflik peran gender.

2. Praktis

a) Layanan Bimbingan Konseling

Buku bantu diri ini diharapkan dapat memberikan sumber pengetahuan yang baik serta dapat mengarahkan siswa yang berada dalam permasalahan, terutama dalam sesi konseling.

b) Remaja laki-laki

Memberikan pengetahuan tentang konflik peran gender bagi remaja laki-laki dan memberikan bantuan diri dalam upaya perubahan dengan cara membimbing serta mendorong secara mandiri.