

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Pada tahap masa remaja awal merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa remaja. Pada masa ini, remaja mulai mempunyai kapasitas untuk memperoleh dan menggunakan pengetahuan secara efisien mencapai puncaknya dikarenakan pertumbuhan otak mencapai kesempurnaan. Sistem saraf yang berfungsi memproses informasi berkembang dengan cepat (Sary, 2017). Pada masa remaja awal, seorang anak memulai transisi dari memiliki tubuh seperti anak kecil menjadi memiliki tubuh yang matang secara reproduksi. Perubahan fisik disertai dengan proses belajar dalam melakukan komunikasi dengan orang tua dan teman sebaya sehingga pada masa ini remaja terkadang terlihat dan merasa canggung. Perubahan hormon dapat menyebabkan perubahan suasana hati. Remaja awal merefleksikan diri mereka yang berubah dan khawatir tentang bagaimana teman sebaya memandang mereka. Menurut Departemen Kesehatan RI (2009) dalam situs resminya yaitu depkes.go.id menjelaskan bahwa usia remaja awal berada pada rentang 12-16 tahun (dalam Amin, 2017).

Remaja awal mulai berpikir dengan cara yang jauh, logis, dan abstrak. Minat remaja awal meluas jauh melampaui keluarga dan kelompok sebayanya. Keanekaragaman hadir dalam setiap perkembangan, tetapi perbedaan individu sangat menonjol pada masa remaja awal, usia dimana urutan pubertas dimulai dan dapat sangat bervariasi (Mc Devitt, 2013). Pada tahapan ini terjadi penanguhan dalam pengintegrasian unsur-unsur kepribadian. Masalah yang sering muncul pada masa usia remaja ini adalah membangun identitas diri (Anra, 2018). Sekiranya remaja gagal menemukan identitas dirinya, maka remaja menjadi kebingungan (*confusion*) dalam menemukan identitas dirinya. Ciri utama pada masa ini menurut Erikson adalah *Identity versus Confusion*. Kegagalan dalam mengatasi krisis identitas ini akan menyebabkan kegagalan remaja menjadi orang dewasa yang memiliki kepribadian terpadu. Tetapi sebaliknya jika menemukan identitas diri, remaja akan menjelma menjadi manusia dewasa yang memiliki pribadi yang terpadu (Anra, 2018).

Berbagai perkembangan dan perubahan yang terjadi pada masa remaja menuntut agar individu mampu menyesuaikan diri dalam mengatasi segala tuntutan yang dihadapi. Jika remaja dapat memenuhi tuntutan lingkungan sosialnya dan memperoleh peran dalam kehidupannya maka remaja akan menemukan jati dirinya. Tapi sebaliknya jika remaja tidak dapat memenuhi tuntutan lingkungan sosialnya maka remaja akan berada pada krisis jati diri yang berkepanjangan. Jika individu berada pada krisis jati diri maka individu tersebut juga sedang berada pada krisis kepribadian, dan tidak menutup kemungkinan individu tumbuh dengan kepribadian introvert. Kepribadian merupakan corak tingkah laku sosial, kepribadian akan menentukan bagaimana seseorang berperilaku.

Manusia memiliki keunikan masing-masing sehingga setiap individu memiliki persamaan dan perbedaan antara satu dengan yang lain, baik itu dalam reaksi-reaksi maupun perilaku tertentu. Individu atau kelompok masyarakat tidak dapat digolongkan ke dalam dua golongan saja. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku yang tidak terdapat pada tipe kepribadian introvert akan ditemukan pada tipe kepribadian ekstrovert, demikian pula sebaliknya sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa apakah seseorang mempunyai kecenderungan introvert atau ekstrovert.

Eysenck (1963) mengatakan bahwa seseorang tidak pernah murni berada dalam satu tipe, tidak ada yang murni introvert atau ekstrovert. Introvert mempunyai ciri pendiam, tenang, pemalu, memiliki kontrol diri yang kuat, kehidupan yang teratur, tidak agresif, tidak mudah kehilangan kendali, lebih menyukai buku daripada berbicara dengan orang lain, cenderung mempunyai rencana masa depan, penuh pertimbangan, pesimis dan menempatkan standar etika pada tempat paling tinggi. Sedangkan ciri ekstrovert adalah pandai bersosialisasi, memiliki banyak teman, tidak menyukai membaca dan belajar secara mandiri, mencari-cari kegembiraan, menyukai perubahan, mudah berubah, tindakan-tindakannya tidak dipikirkan terlebih dahulu dan biasanya *impulsive*, periang, optimis, suka tertawa dan bersenang-senang, aktif dalam kegiatan, cenderung agresif, mudah kehilangan kendali dan tidak bisa diandalkan.

Secara umum, individu yang tergolong introvert akan lebih berorientasi pada stimulus internal dibandingkan dengan individu yang tergolong ekstrovert. Individu

yang tergolong introvert akan lebih memperhatikan pikiran, suasana hati dan reaksi-reaksi yang terjadi dalam diri mereka. Hal ini membuat individu yang tergolong introvert cenderung lebih pemalu, memiliki kontrol diri yang kuat, dan memiliki keterpakuan terhadap hal-hal yang terjadi dalam diri mereka serta selalu berusaha mawas diri, tampak pendiam, tidak ramah, lebih suka menyendiri, dan mengalami hambatan pada kualitas tingkah laku yang ditampilkan. Kepribadian introvert merupakan kepribadian remaja yang tertutup, sehingga remaja cenderung memilih sendiri atau bertemu dengan sedikit teman. Remaja yang kepribadian introvert mengarahkan remaja ke dunia dalam, remaja introvert lebih berpikir ke arah subjektif dirinya sendiri. Menurut Jung tipe pemalu merasa sangat awas di sekitar orang asing dan menjadi sangat gugup pada lingkungan yang kurang dikenal.

Tipe kepribadian introvert sering diidentikkan dengan orientasi ke dalam diri sendiri atau mengarahkan energi dan minatnya kepada keadaan mental diri sendiri. Seorang yang memiliki kepribadian introvert selalu senang dan sering bermain-main dengan pikirannya sendiri, pendiam, pemalu, relatif memisahkan diri dengan orang lain, dan yang paling ekstrem mengasingkan diri dan menghindari kontak sosial. Kecenderungan yang terjadi pada diri kepribadian introvert adalah melarikan diri dari kenyataan, introspeksi, reflektif dan menyukai kehidupan yang terarah dan teratur (Istichori dkk, 2020)

Introvert dapat bersosialisasi dengan sederhana, mereka hanya lebih nyaman saat tidak bersosialisasi. Saat bersosialisasi, sinyal yang dikirim oleh amigdala dan nucleus accumbens (bagian dari otak yang terkait dengan perasaan senang dan sistem penghargaan) di otak introvert tidak menyala seaktif otak ekstrovert (Noya, 2020). Alhasil, jika ekstrovert merasa senang saat bersosialisasi, para introvert tidak merasa demikian. Introvert juga cenderung lebih banyak menggunakan lobus frontal, yaitu bagian otak yang bertugas merencanakan, memikirkan pemecahan masalah, dan mengingat. Introvert tidak takut dengan aktivitas sosial, tetapi mereka mungkin tampak seperti itu karena mereka cenderung memproses sesuatu secara internal dan berpikir sebelum berbicara. Hal ini menunjukkan bahwa introvert tidak sama dengan anti sosial. Introvert merupakan tipe kepribadian, sedangkan anti sosial adalah gangguan kepribadian yang ditandai dengan pola kepribadian

manipulative, tidak peduli hukum, melanggar hak orang lain, serta kasar dan mengarah pada tindakan kriminal tanpa alasan yang masuk akal.

Introvert juga menggunakan media sosial sebagai pengganti atau alternatif untuk komunikasi interpersonal tatap muka. Individu introvert lebih banyak menghabiskan waktu dalam melakukan koneksi sosial secara online, akibatnya interaksi sosial tatap muka mereka menjadi berkurang (McIntyre dkk, 2015). Ini menunjukkan introvert mengalami kesulitan dalam interaksi tatap muka atau yang juga menghindari berkomunikasi tatap muka lebih memilih interaksi *online* (Tosun, 2010). Introvert lebih suka bersosialisasi secara online, sedangkan extrovert lebih suka interaksi tatap muka (Orchard, 2010).

Mitchell dkk (2011) mengemukakan bahwa peningkatan penggunaan internet memprediksi jumlah introvert yang lebih tinggi, dan berkurangnya dukungan sosial. Oleh karena itu, introvert cenderung memiliki keterhubungan sosial yang buruk, yang dapat menyebabkan kenyamanan dalam melakukan interaksi dengan orang lain secara online (Mitchell dkk, 2011). Mereka yang lebih introvert cenderung menjadi kurang terhubung secara sosial di “dunia tatap muka” dan dapat memiliki kecenderungan yang lebih besar untuk pengaruh negatif dibandingkan dengan mereka yang ekstrovert (lee, dean, & jung, 2008).

Di sisi lain, rasa percaya terhadap diri sendiri merupakan modal dasar untuk berani membuka diri kepada orang lain. Remaja yang merasa tidak yakin dengan diri sendiri tidak akan bersedia memberikan informasi pribadinya kepada orang lain. Remaja dengan *self-esteem* rendah akan kurang mengungkapkan atau membuka dirinya secara langsung. Hal ini terjadi karena remaja merasa terancam adanya bahaya jika mengungkapkan dirinya secara tatap muka. Mereka akan merasakan hal seperti, takut diejek atau ditolak oleh lingkungannya.

Remaja disebut dengan masa pancaroba karena sedang mengalami perkembangan fisiologis dan psikologis yang akan menimbulkan kecemasan. Kecemasan akan menimbulkan banyak masalah dan masalah akan mempengaruhi kebahagiaan. Oleh karena itu orang dewasa berperan dalam membantu menciptakan kebahagiaan remaja. Keadaan remaja yang berbahagia dan keadaan remaja yang bermasalah adalah dua titik ekstrem yang terjadi selama proses pertumbuhan dan perkembangan dalam masa remaja. Hal tersebut di dukung

pendapat Freud (dalam Suryabrata, 1998) bahwa anak sampai umur kira-kira 5 tahun melewati fase-fase yang terdiferensiasikan secara dinamis, kemudian sampai umur 12/13 tahun mengalami fase laten, yaitu suatu fase di mana dinamika menjadi lebih stabil. Dengan datangnya masa remaja (pubertas) dinamika meletus lagi. Bagi Sigmund Freud, masa sampai umur 20 tahun menentukan bagi pembentukan kepribadian seseorang. Artinya seseorang yang dapat melewati masa remaja dengan bahagia akan menjadi dewasa yang berkepribadian dan sebaliknya.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Febriliana dkk (2008) dengan judul “Hubungan Tipe Kepribadian dengan Sikap Remaja Pria Tentang Merokok di SMK 2 Yogyakarta” penelitian tersebut menjelaskan bahwa responden yang memiliki tipe kepribadian introvert lebih banyak dibandingkan dengan responden yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert yaitu 25,4% memiliki tipe kepribadian introvert sedangkan 22,1% memiliki tipe kepribadian ekstrovert dan sisanya memiliki tipe kepribadian ambivert. Hasil menyatakan bahwa anak dengan masalah interaksi sosial cenderung memiliki konsep diri yang negatif tentang merokok. Pada penelitian terdahulu dinyatakan bahwa anak yang memiliki kepribadian introvert cenderung mempunyai risiko untuk memiliki sikap positif terhadap merokok sebanyak 14.625 kali lebih besar dari pada responden yang memiliki kepribadian ekstrovert.

Kesalahan yang dilakukan remaja sering menimbulkan kekhawatiran serta menimbulkan perasaan yang tidak menyenangkan bagi lingkungan dan keluarga, namun menyenangkan bagi teman sebaya. Kesalahan-kesalahan yang menimbulkan kekesalan lingkungan inilah yang sering disebut sebagai kenakalan remaja. Sehingga salah satu tantangan sosial zaman sekarang ialah kenakalan remaja. Dilihat dari kasus-kasus yang dibawa ke pengadilan, kenakalan-kenakalan remaja itu jumlahnya tiga kali lipat sejak 1940 (Azizah, 2013). Beberapa ahli berpendapat bahwa yang bertanggung jawab atas masalah itu sepenuhnya ialah keluarga (dalam Pusat Bimbingan, 1991).

Keberhasilan remaja dalam mengatasi kesulitan yang berhubungan dengan tuntutan-tuntutan dari dalam maupun dari luar dirinya ini sangat dipengaruhi oleh kematangan pribadi individu. Pribadi remaja yang berkembang dengan baik dapat dibentuk sejak dini didalam keluarga karena keluarga adalah lingkungan pertama

dan utama yang akan mempengaruhi perkembangan pribadi anak. Remaja yang hidup didalam keluarga yang dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhan biologis, psikologis, maupun sosialnya akan tumbuh dan berkembang dengan sehat, dapat mengaktualisasikan potensi-potensi yang dimilikinya, dan dapat belajar untuk menyelesaikan masalah dan tugas-tugas yang dihadapinya, termasuk tugas-tugas yang berkaitan dengan akademik.

Remaja membutuhkan dukungan dari orang lain saat dia memasuki masa krisis jati diri. Krisis jati diri adalah tahap untuk membuat keputusan terhadap permasalahan-permasalahan penting yang berkaitan dengan pertanyaan mengenai jati dirinya (Hidayah dkk, 2016). Untuk dapat mengatasi masa-masa krisis jati diri yang dihadapi remaja membutuhkan pengertian dan bantuan dari orang-orang sekitarnya baik secara langsung maupun tidak langsung. Dukungan yang paling diharapkan oleh remaja dalam menghadapi masa-masa ini adalah dukungan dari keluarganya, terutama dari orang tua dan saudara. Dengan adanya komunikasi orang tua dan anak dapat membantu anak memecahkan masalahnya.

Remaja introvert yang tidak bisa mengekspresikan diri, lebih berpotensi untuk mengalami depresi, jika depresi semakin mendalam, maka tidak menutup kemungkinan untuk melakukan *self-harming* (Sienny dkk, 2018). Dukungan sosial merupakan hubungan interpersonal yang dapat membantu orang dalam beradaptasi disaat stres dan menghindarkan diri dari kesepian (Dwiyanti dkk, 2020). Berbagai manfaat dari dukungan sosial keluarga dapat membantu remaja beradaptasi terhadap stres, dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan dan mempunyai pemikiran yang lebih optimis. Rasa optimis pada remaja tidak terlepas dari peran orang tua. Sumber penting dukungan sosial yang berpengaruh terhadap rasa optimis pada remaja adalah hubungan dengan orang tua.

Tingginya dukungan sosial yang diberikan akan berdampak pada tingginya penerimaan diri, tingginya motivasi belajar, rendahnya depresi dan rendahnya stres yang dirasakan, sebaliknya apabila rendahnya dukungan sosial yang diberikan akan berdampak pada rendahnya penerimaan diri, rendahnya motivasi belajar, dan tingginya stres dan depresi, hal ini tentu saja berdampak pada kehidupan seseorang (Sajidah, 2018).

Dukungan sosial lebih sering didapat dari relasi yang terdekat, yaitu dari keluarga atau sahabat. Kekuatan dukungan sosial yang berasal dari relasi yang terdekat merupakan salah satu proses psikologis yang dapat menjaga kepribadian sehat dalam diri seseorang (Gottlieb, 1985). Sarafino (1998) menyatakan bahwa kebutuhan, kemampuan dan sumber dukungan sosial mengalami perubahan sepanjang kehidupan seseorang dan mereka yang mendapatkan dukungan sosial percaya bahwa mereka dicintai, dihargai, dan dapat membantu pada saat dibutuhkan.

Dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga dapat berupa dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan informatif (Sarafino, 1998). Dukungan emosional yang diberikan oleh keluarga seperti rasa empati, kepedulian, perhatian, dan dorongan terhadap orang tersebut (Sarafino, 1998). Selalu ada mendampingi remaja ketika mengalami permasalahan, dan keluarga menyediakan suasana yang hangat sehingga membuat remaja merasa diperhatikan, nyaman, dipedulikan dan dicintai oleh keluarga sehingga remaja lebih terbuka kepada orang tua sehingga lebih mampu menghadapi masalah dengan baik.

Dukungan penghargaan yang diberikan oleh keluarga kepada remaja dapat berupa pemberian apresiasi ketika remaja mencapai suatu keberhasilan, pemberian semangat, persetujuan pada pendapat remaja dan perbandingan yang positif dengan individu lain (Sarafino, 1998). Dukungan penghargaan juga dapat membantu remaja dalam membangun harga diri. Adanya penghargaan yang positif dari keluarga akan membantu individu untuk meningkatkan rasa percaya dirinya.

Dukungan instrumental melibatkan langsung bantuan, seperti pemberian uang, barang, makanan, serta pelayanan juga dapat membantu remaja memecahkan masalah yang berhubungan dengan materi (Sarafino, 1998). Dukungan informatif seperti masukan, saran, pemberian informasi, pengetahuan, petunjuk, dan umpan balik tentang kondisi dan situasi remaja juga sangat dibutuhkan untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi remaja (Sarafino, 1998). Adanya dukungan informatif akan membuat wawasan individu menjadi lebih luas sehingga dapat lebih berpikir positif dalam menghadapi suatu permasalahan.

Dalam penelitian ini, penulis memilih siswa SMPN 202 Jakarta sebagai subjek penelitian. Alasan penulis memilih SMPN 202 Jakarta sebagai tempat

penelitian karena dugaan sementara dari hasil dari observasi yang penulis lakukan pada saat Praktik Keterampilan Mengajar (PKM) di SMPN 202 menunjukkan bahwa mayoritas siswa kelas VIII di SMPN 202 Kurang terbuka, kurang bersosialisasi, dan kurang aktif dalam proses pembelajaran yang salah satu penyebabnya adalah kurangnya dukungan sosial keluarga khususnya dari orang tua kepada anak, karena para orang tua sibuk bekerja, siswa-siswi SMPN 202 juga bersedia untuk bekerja sama dengan penulis, dan belum ada peneliti yang meneliti mengenai dukungan sosial keluarga dan kepribadian introvert di SMPN 202. Sedangkan alasan penulis menggunakan kelas VIII sebagai kelas penelitian karena terdapat sebanyak 124 siswa dari 252 siswa siswi kelas VIII memiliki kepribadian introvert sehingga sesuai dengan kriteria pada penelitian yaitu siswa yang memiliki kepribadian introvert dan sesuai dengan kriteria remaja awal dengan rentang usia 12- 16 tahun.

Seperti yang telah penulis ketahui dari hasil studi pendahuluan berupa observasi yang penulis lakukan kepada siswa-siswi kelas VIII dan wawancara dengan guru Bimbingan Konseling (BK) di SMPN 202 Jakarta, bahwasanya mayoritas siswa kelas VIII kurang terbuka dan kurang aktif dalam proses belajar, siswa memilih diam dan tidak mau menjawab pertanyaan dari guru sehingga hal tersebut dapat menimbulkan masalah dalam proses belajar. Dari hasil kuesioner yang penulis berikan kepada 15 siswa-siswi kelas VIII SMPN 202 Jakarta menunjukkan terdapat 13 anak masuk dalam tipe kepribadian introvert dan 2 anak masuk dalam tipe kepribadian ekstrovert.

Hal tersebut diperkuat dengan adanya bukti-bukti dari jawaban “Ya” responden terhadap 14 pertanyaan dengan indikator introvert pada kuesioner. Butir ke-2 dengan pertanyaan “Saya lebih suka menghabiskan waktu luang sendirian” dengan persentase 73%. Butir ke-4 dengan pertanyaan “Saya selalu melakukan kegiatan-kegiatan yang sama setiap hari dan tepat pada waktunya” dengan persentase 67%. Butir ke-9 dengan pertanyaan “Saya merasa tidak nyaman berada ditengah banyak orang” dengan persentase 53%. Butir ke-10 dengan pertanyaan “Saya tidak menyukai keramaian” dengan persentase 73% dan 10 butir pertanyaan lainnya dengan persentase >50%.

Hasil dari studi pendahuluan ini yang kemudian membuat penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Kepribadian Introvert Remaja yang bertujuan untuk mencari tahu apakah terdapat pengaruh dari Dukungan Sosial Keluarga terhadap Kepribadian Introvert Remaja. Penelitian ini akan dilakukan di SMPN 202 Jakarta dengan responden siswa-siswi kelas VIII di SMPN 202 Jakarta.

1.2. Identifikasi Masalah

Permasalahan penelitian yang penulis ajukan ini dapat diidentifikasi permasalahannya sebagai berikut:

1. Mayoritas siswa kelas VIII di SMPN 202 Jakarta kurang terbuka, kurang aktif dan interaktif dalam proses belajar. Siswa memilih diam dan tidak mau menjawab pertanyaan dari guru sehingga hal tersebut dapat menimbulkan masalah dalam proses belajar.
2. Kurangnya dukungan sosial keluarga khususnya dari orang tua kepada anak, karena mayoritas orang tua sibuk bekerja.

1.3. Pembatasan Masalah

Agar penelitian ini dapat dilakukan secara fokus, sempurna, dan mendalam maka penulis memandang permasalahan penelitian yang akan diteliti perlu dibatasi variabelnya. Oleh sebab itu, penulis membatasi penelitian hanya pada dukungan sosial keluarga yaitu dukungan sosial dari orang tua yang diterima oleh remaja. Serta membatasi responden pada rentang usia masa remaja awal yaitu 12 – 16 tahun.

1.4. Rumusan Masalah

Apakah terdapat Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga terhadap Kepribadian Introvert Remaja?

1.5. Kegunaan Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat berguna, baik secara teoritis maupun praktis. Adapun kegunaan penelitian ini antara lain:

1) Kegunaan Secara Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memiliki kegunaan sebagai berikut:

- a. Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan acuan bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan dukungan sosial keluarga dan kepribadian introvert remaja.
- b. Dapat memberikan sumbangan ilmiah bagi pengembangan teori dibidang ilmu keluarga tentang dukungan sosial keluarga.
- c. Sebagai pijakan bagi para peneliti lain dalam melakukan penelitian dengan variabel sejenis dalam rangka meningkatkan pengetahuan serta memberikan solusi untuk pemecahan masalah bagi remaja.

2) Kegunaan Secara Praktis

a. Bagi Penulis

Dapat menambah pengetahuan dan pengalaman langsung dalam mengatasi kepribadian introvert pada remaja.

b. Bagi Masyarakat

Diharapkan penelitian ini dapat menjadikan bahan bacaan untuk masyarakat khususnya orang tua agar lebih mengetahui kepribadian anaknya dan juga diharapkan penelitian ini dapat menjadi solusi untuk mengatasi permasalahan kepribadian introvert pada remaja dimasa yang akan datang.