

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Remaja merupakan masa transisi kehidupan dari anak-anak menuju dewasa. Menurut WHO, remaja adalah individu dengan rentang usia 10 sampai dengan 19 tahun. Masa remaja juga merupakan masa perkembangan sosial, psikologis, serta biologis dan membuat hubungan interpersonal dengan orang lain menjadi lebih kompleks, terlebih dengan hubungan teman sebaya (Foulkes & Blakemore, 2018). Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa remaja menghabiskan lebih banyak waktu dengan teman sebayanya daripada orang dewasa.

Ciri khas dari masa remaja adalah perkembangan bertahap menuju otonomi dan menjadi individu yang dewasa dalam mengambil keputusan (Alderman & Breuner, 2019). Pada rentang perkembangannya, remaja akan banyak mengeksplorasi berbagai pengalaman, termasuk yang belum pernah dialami. Selama eksplorasi tersebut, remaja juga berpotensi mengalami berbagai perubahan dan tantangan di dalam hidupnya. Proses inilah yang merupakan bagian penting dalam perkembangan remaja.

Pada fase remaja, transisi signifikan dari segi fisik, emosional, kognitif, dan sosial terjadi secara bersamaan (Cattelino, Chirumbolo, Baiocco, Calandri, & Morelli, 2021). Remaja juga memiliki banyak tugas perkembangan yang harus dilewatinya. Jahja (Putro, 2017), mengklasifikasikan tugas perkembangan remaja kedalam sembilan kategori, yaitu kematangan emosional, pemantapan minat lawan jenis, kematangan sosial, kebebasan dari kontrol keluarga, kematangan intelektual, pemilihan pekerjaan, penggunaan waktu luang dengan tepat, pembentukan filosofi hidup, dan identifikasi diri. Hal ini membuat remaja rentan mengalami berbagai permasalahan selama masa pertumbuhannya, termasuk permasalahan dalam penyesuaian sosial.

Penyesuaian sosial merupakan salah satu tugas perkembangan yang paling menantang pada fase remaja (Sari, Syahniar, & Karneli, 2020). Penyesuaian sosial didefinisikan sebagai hubungan yang harmonis antara

individu dengan lingkungannya (Nair & Paul, 2017). Penyesuaian sosial menjadi salah satu tantangan yang dihadapi remaja dan diharapkan remaja mampu melakukan penyesuaian diri dengan kehidupan sosialnya. Kehidupan sosial yang dimaksud mencakup pada kehidupan di komunitas sekitar, keluarga, sekolah, teman, ataupun komunitas yang lebih luas di mana remaja tersebut tinggal (Choirudin, 2015).

Pada fase remaja, kehidupan bersosialnya lebih banyak dihabiskan pada lingkungan sekolah. Oleh karena itu, penting bagi remaja untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah. Penyesuaian sosial berperan sebagai faktor penting dalam meningkatkan kinerja akademik dan efektivitas prosedur pendidikan (Nair & Paul, 2017). Namun, tidak semua remaja memiliki kemampuan penyesuaian diri dengan lingkungan sosial yang baik. Kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri dapat menimbulkan permasalahan, seperti sumber kebingungan, kecemasan, ketakutan, dan frustrasi (Choirudin, 2015). Kholik (Sulfianti, Dewi, & Firdaus, 2022) juga menjelaskan bahwa konsekuensi dari rendahnya penyesuaian diri di sekolah adalah remaja akan mengalami kesulitan dalam berbagai aktivitas di sekolah.

Perkembangan sosial remaja dipengaruhi oleh perilaku orang tuanya dan bimbingan tentang cara membiasakan diri dengan lingkungan sosial sesuai dengan norma-norma kehidupan (Rahmadyanti, Martunis, & Husen, 2017). Hal ini berarti bahwa keluarga, khususnya orang tua memiliki andil yang besar terhadap apa yang remaja pahami tentang kehidupan bersosialnya. Interaksi antara orang tua dengan remaja akan menciptakan suatu bentuk kelekatan yang juga akan mempengaruhi keberhasilan remaja dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial (Rahmadyanti, Martunis, & Husen, 2017). Kelekatan merupakan kecenderungan dan keinginan individu untuk mencari keintiman dengan orang lain dan mencari kepuasan dalam hubungan tersebut (Cenceng, 2015). Kelekatan yang terbentuk di awal kehidupan individu dengan orang tuanya akan mempengaruhi berhasil atau tidaknya penyesuaian sosial individu tersebut di masa remaja (Rahmadyanti, Martunis, & Husen, 2017).

Menurut Naveed, Saboor, dan Zeshan (2020) kelekatan merupakan ikatan emosional yang menghubungkan anak dengan pengasuhnya (*caregiver*)

dan memiliki gaya tertentu. Gaya kelekatan yang dikembangkan oleh Bartholomew dan Horowitz (dalam Indriani & Sumaryanti, 2019) terdiri dari 4 model, yaitu gaya kelekatan aman (*secure attachment style*), gaya kelekatan *fearful* (*fearful attachment style*), gaya kelekatan terokupasi (*preoccupied attachment style*), dan gaya kelekatan menolak (*dismissing attachment style*). Hal ini dijelaskan lebih lanjut oleh Konrath dkk (2014) bahwa individu dengan gaya kelekatan *secure* akan merasa nyaman dengan keakraban dan otonomi serta memiliki citra positif tentang diri mereka sendiri dan orang lain. Individu dengan gaya kelekatan *dismissing* memiliki ciri sangat mengandalkan dirinya sendiri dan cenderung membatasi hubungan interpersonal yang dekat dengan orang lain, mereka memiliki citra diri yang positif tetapi citra orang lain yang negatif. Gaya kelekatan *preoccupied* biasanya memiliki *self-worth* yang rendah dan takut untuk memiliki hubungan akrab dengan orang lain, serta memiliki citra diri negatif terhadap dirinya sendiri tetapi berpandangan positif terhadap orang lain. Sedangkan gaya kelekatan *fearful* menginginkan hubungan yang akrab dengan orang lain, tetapi karena mereka tidak percaya orang lain, mereka menghindari hubungan yang dapat menyebabkan terjadinya penolakan, serta memiliki citra diri negatif terhadap dirinya sendiri dan orang lain.

Penelitian yang dilakukan oleh Nadya Nela Rosa (2015) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara gaya kelekatan aman dengan penyesuaian sosial pada fase remaja awal. Hal ini berarti bahwa semakin kuat gaya kelekatan aman yang dimiliki remaja awal, maka akan semakin tinggi pula penyesuaian sosialnya. Sebaliknya, jika gaya kelekatan aman pada remaja rendah, maka kemampuan penyesuaian sosial remaja tersebut juga cenderung menurun. Penelitian lain yang dilakukan oleh Tedra (2017) tentang gaya kelekatan remaja dan orang tua pada siswa SMP Negeri 1 Nguter, Kabupaten Sidoarjo menunjukkan bahwa gaya kelekatan terbanyak pada sekolah tersebut adalah gaya kelekatan aman. Jika dilihat berdasarkan jenis kelamin, gambaran gaya kelekatan remaja di sekolah tersebut secara keseluruhan adalah bahwa laki-laki cenderung memiliki gaya kelekatan aman dan menolak. Sedangkan perempuan cenderung memiliki gaya kelekatan terokupasi. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Amalia Rahmani (2019) mengenai pengaruh gaya

kelekatan terhadap mahasiswa FIP UNY angkatan 2018 menunjukkan bahwa terdapatnya pengaruh gaya kelekatan terhadap penyesuaian diri. Hasil penelitian tersebut menerangkan bahwa gaya kelekatan yang paling tinggi adalah gaya kelekatan aman.

Fenomena yang terjadi berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan pada Februari 2024 di salah satu Madrasah Aliyah Negeri (MAN) di Jakarta Barat, terdapat beberapa kasus yang berkaitan dengan penyesuaian sosial yang dialami oleh siswa yang merupakan usia remaja. Hal ini juga didukung dari hasil survey menggunakan instrument kecerdasan emosional yang dilakukan peneliti terhadap 169 siswa yang berasal dari 6 kelas berbeda. Instrument ini mengukur permasalahan yang dialami remaja berdasarkan 5 aspek kecerdasan emosioan. Hasil survey menggambarkan masalah yang paling banyak dialami oleh siswa terdapat pada aspek keterampilan sosial. Terdapat 112 siswa (66,27%) mengalami kesulitan beradaptasi dengan lingkungan yang baru. Terdapat pula 85 siswa (50,30%) mengalami kesulitan bergaul dengan orang lain. Serta 82 siswa (48,52%) merasa sulit untuk menemukan rekan kerja yang bisa diajak bekerja sama.

Selain hasil survey tersebut, kasus-kasus yang terjadi pun umumnya berasal dari kurangnya kemampuan siswa dalam penyesuaian sosial, terutama di lingkungan sekolah. Sekolah yang dimaksud merupakan Madrasah Aliyah Negeri (MAN) yang memiliki jam pembelajaran dari pukul 06.30 sampai pukul 15.30. Akan tetapi, setiap pagi siswa wajib mengikuti pembiasaan pagi berupa tadarus Al-Qur'an, *tausiyah*, dan *shalat Dhuha* bersama yang dimulai pukul 06.00 dan pulang setelah melaksanakan *shalat Ashar* berjamaah. Selain jam pelajaran yang lebih panjang dibandingkan sekolah umum lainnya, sekolah ini pun memiliki banyak kegiatan-kegiatan di luar jam belajar rutin, terutama kegiatan yang berkaitan dengan keagamaan, seperti peringatan hari besar Islam, *Tasmi'* Al-Qur'an, Malam Bimbingan Iman dan Taqwa, serta lain sebagainya yang mengharuskan siswa berkontribusi di dalamnya.

Kegiatan-kegiatan yang padat ini menyebabkan para siswa—khususnya siswa baru kelas X, perlu waktu dalam melakukan penyesuaian. Mereka perlu terbiasa dengan situasi sekolah barunya dan meninggalkan kebiasaan yang

terbangun pada masa SMP. Hal ini juga disebabkan karena tidak semua siswa di MAN tersebut memiliki latar belakang pendidikan dari Madrasah Tsanawiyah (MTs) yang umumnya memiliki kesamaan, yaitu kegiatan-kegiatan keagamaan yang lebih intens dibandingkan dengan SMP Umum. Walaupun demikian, penyesuaian sosial di sekolah dikatakan baik apabila siswa mampu memberikan reaksi secara afektif untuk menghadapi berbagai tuntutan di lingkungan sekolah (Sitohang, 2018).

Selain itu, pada masa studi pendahuluan, ditemukan juga beberapa siswa yang lebih sering menyendiri dan sulit berbaur dengan teman-temannya. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan Guru BK juga mengungkapkan bahwa terdapat siswa yang memiliki permasalahan sosial cukup serius karena kondisi fisik yang dimilikinya, sehingga ia merasa kurang percaya diri. Meskipun kasus siswa ini sedang ditangani secara intensif oleh Guru BK, penyesuaian sosial yang tinggi juga perlu dimiliki setiap siswa agar mereka dapat beradaptasi dengan norma-norma sosial dan tuntutan yang ada pada lingkungan sekolah secara harmonis.

Berdasarkan penelitian terdahulu dan studi pendahuluan yang telah dilakukan, peneliti ingin mengidentifikasi perbedaan penyesuaian sosial siswa kelas X ditinjau dari masing-masing jenis gaya kelekatan terhadap orang tua.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi masalah yang menjadi dasar penelitian ini sebagai berikut.

1. Tidak semua remaja memiliki keterampilan penyesuaian sosial yang baik. Remaja pada umumnya mengalami kesulitan dalam melakukan penyesuaian sosial.
2. Penyesuaian sosial pada remaja salah satunya dipengaruhi oleh gaya kelekatan yang dimiliki oleh remaja terhadap orang tua.

## **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan indentifikasi masalah yang sudah dipaparkan, peneliti akan membatasi masalah pada perbandingan penyesuaian sosial remaja yang akan ditinjau berdasarkan empat gaya kelekatan, yaitu kelekatan *secure*, *fearful*,

*preoccupied*, dan *dismissing*. Penelitian ini akan dilaksanakan pada siswa kelas X di MAN 10 Jakarta tahun pelajaran 2024-2025. Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan tingkat penyesuaian sosial berdasarkan kecenderungan gaya kelekatan siswa.

#### **D. Perumusan Masalah**

Dari pembatasan masalah yang telah dijelaskan, maka perumusan masalah untuk penelitian ini adalah “Apakah terdapat perbedaan yang signifikan tingkat penyesuaian sosial berdasarkan gaya kelekatan siswa kelas X di MAN 10 Jakarta?”

#### **E. Tujuan Umum Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi perbedaan tingkat penyesuaian sosial ditinjau dari masing-masing gaya kelekatan, yaitu *secure*, *fearful*, *preoccupied*, dan *dismissing attachment* pada siswa kelas X di MAN 10 Jakarta.

#### **F. Kegunaan Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

##### **1. Secara teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam ilmu pengetahuan, khususnya mengenai gaya kelekatan dan penyesuaian sosial pada remaja dalam bidang ilmu bimbingan dan konseling di Indonesia.

##### **2. Secara praktis**

###### **a. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai dasar dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling di sekolah, khususnya yang berkaitan dengan gaya kelekatan dan penyesuaian sosial pada siswa. Sehingga guru bimbingan dan konseling dapat memberikan layanan yang tepat sehingga berdampak positif kepada penerima layanan.

b. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu peneliti lain untuk melakukan penelitian yang memiliki variabel yang sama. Penelitian ini juga diharapkan dapat dikembangkan oleh peneliti lain yang tertarik dalam bidang yang sama agar lebih komprehensif.

