

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sekolah Menengah Atas (SMA) adalah salah satu bentuk satuan pendidikan formal yang menyelenggarakan pendidikan umum pada jenjang pendidikan menengah sebagai lanjutan dari Sekolah Menengah Pertama (SMP), Madrasah Tsanawiyah (MTs), atau bentuk lain yang sederajat. Peserta didik SMA adalah mereka yang berusia antara 16 sampai 18 tahun dimana pada usia ini sedang berada pada fase remaja (Kemdikbud, 2017). Masa SMA bisa dikatakan merupakan masa peralihan seseorang dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa.

Hal tersebut sejalan dengan pendapat Santrock (dalam Khaerunnisa dkk, 2020) Faktanya dilihat dari masa perkembangan remaja, siswa SMA jika ditinjau dari segi perkembangan merupakan masa transisi anak-anak menuju masa dewasa dimana terjadi perubahan-perubahan yang signifikan baik perubahan pada tubuh, psikologis dan kognitif. Perubahan yang terjadi pada masa remaja tidak terlepas dari berbagai macam pengaruh seperti lingkungan sosial, keluarga, sekolah dan teman sebaya.

Istilah remaja dikenal dengan "*adolescence*" yang berasal dari kata latin "*adolescere*" yang memiliki arti tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan (dalam Ali & Asrori, 2011). Erikson menjelaskan masa remaja sebagai masa penanguhan. Menurut Hurlock (dalam Liskasiwi & Astuti, 2020) masa remaja merupakan masa "badai dan tekanan", yang menyebabkan remaja

mengalami *hightened emotionality* (kondisi emosi yang meningkat) atau terdapat ketegangan emosi kondisi yang meninggi akibat dari perubahan fisik dan psikis. Kondisi emosi yang meninggi menyebabkan remaja mengalami krisis penyesuaian diri karena remaja berada dibawah tekanan-tekanan sosial dan menghadapi kondisi yang baru sesuai dengan tahap-tahap perkembangannya.

Masa remaja sering dikenal masa mencari jati diri, oleh Erickson (dalam Ali & Asrori, 2011) disebut dengan identitas ego (*ego identity*). Sehubung dengan hal tersebut. Masa remaja menurut Mappiare (dalam Ali & Asrori, 2011) berlangsung antara umur 12-21 tahun bagi wanita dan 13-22 tahun bagi pria. Rentang usia ini dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu usia 12/13 tahun sampai 17/18 tahun adalah remaja awal, dan usia 17/18 tahun sampai 21/22 tahun adalah remaja akhir. Menurut Rubin (dalam Kholifah, 2016) selama masa remaja, individu menghabiskan lebih banyak waktu bersama teman sebayanya dibandingkan dengan ketika mereka masa anak-anak. Pengaruh dari teman sebaya ini dapat berupa hal positif maupun negatif.

Ciri khas yang menonjol pada remaja adalah masalah yang menyangkut penilaian terhadap dirinya sendiri sehingga mereka terikat dengan adanya penerimaan lingkungan. Petirim (dalam Pratiwi dkk, 2019) menyatakan bahwa jika seseorang memiliki sesuatu yang dihargai atau dibanggakan dalam jumlah yang lebih daripada yang lainnya maka ia akan dianggap memiliki status yang lebih tinggi dalam masyarakat. Sebaliknya apabila seseorang memiliki kuantitas sesuatu yang dibanggakan lebih sedikit, maka ia akan dianggap mempunyai status dalam masyarakat yang lebih rendah.

Individu dengan status sosial ekonomi yang tergolong mampu, dia akan dapat berinteraksi sosial dengan baik (dalam Pratiwi dkk, 2019). Hal tersebut mengindikasikan remaja dengan status sosial ekonomi baik akan lebih mudah dalam berinteraksi dan bersosialisasi dengan lingkungannya begitu juga sebaliknya dengan remaja yang berstatus sosial ekonomi rendah. Sehubungan dengan itu menurut Niven 2002, (dalam Noviawati & Narendri, 2017) seseorang dengan status ekonomi rendah cenderung lebih tegang dan seseorang dengan status ekonomi tinggi cenderung lebih santai. Hal tersebut menjadikan remaja dengan status sosial ekonomi rendah sering merasa minder dan takut mendapat penolakan dari lingkungan pertemanannya.

Remaja yang merasa mengalami penolakan dari lingkungannya, minder dan rendah diri akan memicu timbulnya *social anxiety* (kecemasan sosial). Menurut Inderbitzen-Nolan & Walters (dalam Dharmawan & Dariyo, 2017) *Social anxiety* seringkali dirasakan oleh remaja karena remaja masih mempersepsikan orang lain seolah-olah memperhatikan terhadap dirinya. *Social anxiety* adalah perasaan tidak nyaman dengan kehadiran orang lain, yang selalu disertai oleh perasaan malu yang ditandai dengan kejanggalan dan ketakutan, hambatan dan kecenderungan untuk menghindari interaksi sosial. Pendapat tersebut merujuk *social anxiety* pada faktor internal individu tentang bagaimana cara pandang (perspektif) terhadap lingkungan sosial. (Dayaksini & Hudaniah, dalam Tirsae, 2016)

Sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Murphy (dalam Untari dkk, 2017) *Social anxiety* hadir karena ada kekhawatiran memperoleh evaluasi

negatif dari orang lain saat individu terlibat dalam aktivitas atau situasi sosial tertentu. Dalam bahasa yang sederhana, *Social anxiety* adalah perasaan malu dinilai atau diperhatikan oleh orang lain karena adanya prasangka bahwa orang lain menilai negatif terhadap dirinya.

Menurut LaGreca dan Lopez (dalam Akbar & Faryansyah, 2018) *social anxiety* adalah ketakutan yang menetap terhadap sebuah (atau lebih) situasi sosial yang terkait dan berhubungan dengan performa, yang membuat individu harus berhadapan dengan orang-orang yang tidak dikenalnya atau menghadapi kemungkinan diamati oleh orang lain, takut bahwa dirinya akan dipermalukan atau dihina. Hal ini sesuai dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa seseorang yang mengalami *social anxiety* lebih banyak menilai negatif tentang dirinya. Individu yang mengalami kecemasan memikirkan harapan yang buruk dan penilaian negatif dari orang lain ketika menghadapi suatu kejadian, (dalam Untari dkk, 2017); (dalam Pratiwi dkk, 2019); (dalam Liskasiwi & Astuti, 2020)

Perilaku *social anxiety* berisiko mengalami gangguan afektif, gangguan yang berhubungan dengan substansi, dan gangguan kecemasan lain. *Social anxiety* seringkali bersifat kronis dan berkelanjutan, serta dapat memiliki konsekuensi negatif yang cukup besar pada kualitas hidup (Parr & Cartwright-Hatton, dalam Marcellyna, 2017)

Terkait dengan *social anxiety*, menurut Buttler, 2008 (dalam Liskasiwi & Astuti, 2020) faktor yang mempengaruhi *social anxiety* : a). *subtle kinds of avoidance* (menghindari situasi yang menyulitkan), b). *safety behaviors* (perilaku

aman), c). *dwelling on the problem* (menjauhi masalah), d). *self esteem self confidence and feeling on inferiority* (harga diri, kepercayaan diri, dan perasaan inferior), e). *demoralization amd depression; frustration and resentment* (hilang semangat dan depresi; frustasi, kebencian / rasa marah), f). *effect on performance* (efek pada kinerja).

Menurut Leary & Kowalsky (dalam Untari dkk, 2017) Salah satu penelitian menunjukkan bahwa *self esteem* merupakan faktor yang turut berperan memunculkan *social anxiety* meski tidak secara langsung. Remaja yang mengalami *social anxiety* sering memberikan penilaian terhadap dirinya yang begitu rendah, sehingga menyebabkan remaja tidak memiliki keberanian dalam situasi sosial.

La Greca (dalam Liskasiwi & Astuti, 2020) orang yang memiliki *self esteem* rendah akan cenderung memiliki perasaan takut gagal, ketika terlibat dalam hubungan sosial. *Self esteem* dapat berpengaruh pada proses berpikir, keputusan-keputusan yang diambil dan nilai-nilai tujuan individu. Leary (dalam Akbar & Faryansyah, 2018) mengungkapkan bahwa *social anxiety* (kecemasan sosial) pada akhirnya dapat mempengaruhi *self esteem* (harga diri) seseorang.

Self esteem dengan *social anxiety* memiliki hubungan negatif sesuai penelitian yang dilakukan oleh (Untari dkk, 2017). Coopersmith (dalam Azizah & Rahayu, 2016) ciri orang dengan *self esteem* tinggi menunjukkan perilaku-perilaku seperti mandiri, aktif, berani, mengemukakan pendapat dan percaya diri, sedangkan seseorang dengan *self esteem* rendah akan menunjukkan perilaku seperti kurang percaya diri, cemas, pasif, serta menarik diri dari lingkungan.

Menurut Coopersmith (dalam Tirsae, 2016) *self esteem* terdiri dari *Significance* (keberartian), *Power* (kekuatan), *Virtue* (kebijakan) dan *Competence* (kemampuan).

Menurut Branden (dalam Suhron, 2017) mengungkapkan bahwa *self esteem* merupakan evaluasi positif dan negatif tentang diri sendiri yang dimiliki seseorang. Evaluasi ini memperlihatkan bagaimana individu menilai diri sendiri dan diakui atau tidaknya kemampuan dan keberhasilan yang diperolehnya. Menurut Gibs & Huang (dalam Andriansyah, 2019) menyatakan anak-anak ataupun remaja dengan latar belakang status sosial ekonomi rendah beresiko tinggi mengalami masalah kesehatan mental, seperti depresi, *self esteem* yang rendah, kepercayaan diri yang rendah, konflik teman sebaya, dan kenakalan remaja, serta pelanggaran hukum lebih banyak terjadi diantara anak-anak ataupun remaja yang hidup di keluarga status sosial ekonomi rendah dibandingkan dengan anak-anak ataupun remaja yang lebih beruntung secara ekonomi.

Menurut Rosenberg & Pearlin (dalam Noviawati & Narendri, 2017) Status ekonomi yang mapan akan mempengaruhi semakin tingginya *self esteem*, dan status sosial ekonomi yang rendah akan memicu rendahnya *self esteem*. Orang yang memiliki *self esteem* tinggi merasa percaya diri dan sebagai akibatnya mereka dapat secara efektif menangani semua jenis situasi, yang pada akhirnya mengurangi kemungkinan *social anxiety*. Sesuai dengan pendapat Biemans dkk (dalam Fatima dkk, 2017) *Self esteem* bekerja sebagai sosiometri yang memberi seseorang perasaan dicintai dan dihargai oleh orang-orang.

Berdasarkan hasil wawancara dengan 6 (enam) orang siswa SMA N 1 Talamau yang berstatus sosial ekonomi rendah pada tanggal 18 Maret 2021, mengatakan bahwa mereka merasakan perasaan yang cemas, tidak nyaman dan tertekan saat berhadapan dengan orang baru ataupun berada di keramaian, hal tersebut menjadikan dirinya lebih penyendiri dan terkadang menghindari teman-temannya. Dapat disimpulkan dari hasil wawancara tersebut bahwa memang ada *social anxiety* yang mereka alami. Saat berada di keramaian mereka merasa orang-orang melihat dengan sinis, berpikir hal buruk tentang dirinya, begitu juga ketika akan tampil di depan kelas ataupun didepan banyak orang, hal tersebut tidak hanya berdampak pada psikologis tapi juga berdampak pada perubahan kondisi fisiknya seperti tangan menjadi dingin, berkeringat, sakit perut, suara mengecil dan gemetar.

Hal tersebut didukung oleh wawancara yang telah dilakukan dengan 4 (empat) wali kelas dan 2 (dua) guru bimbingan konseling di SMA N 1 Talamau pada tanggal 20 Maret 2021, dapat diperoleh informasi dan kesimpulan bahwa memang ada beberapa kasus pada siswa tersebut yang berhubungan dengan kecemasan sosial dengan latar belakang sosial ekonomi rendah, beberapa contoh kasusnya siswa sampai berhenti sekolah, tidak masuk kelas, bolos, tidak ikut dalam diskusi kelas, menurunnya nilai dan minat belajar siswa, menyendiri, dan jarang bersosialisasi ataupun berinteraksi dengan teman-temannya.

Seperti MK (16) memilih berhenti sekolah karena merasa minder dan terkucilkan dari teman-temannya, awalnya MK sering tidak mengikuti sekolah daring dan tidak masuk saat pembelajaran sekolah *offline* karena masalah tidak

memiliki *smartphone*, pembayaran uang sekolah dan buku, meskipun sudah diajak berdiskusi orang tua dengan wali kelas dan dibantu oleh pihak sekolah, MK tetap memilih untuk berhenti sekolah. MK mengatakan bahwa kendalanya selama ini adalah munculnya perasaan minder ketika bertemu dengan banyak orang, ia tidak memiliki teman dekat di sekolah dan jarang berinteraksi dengan teman-temannya. Munculnya perasaan malu untuk berteman karena ia berpikir apapun yang dikatakan atau dilakukannya akan salah, diejek dan dipermalukan oleh teman-temannya. Merasa bukan anak gaul dan berasal dari keluarga yang kurang mampu menjadikan MK berpikiran negatif tentang dirinya, sehingga lebih memilih untuk menyendiri karena cemas saat harus berinteraksi dan bersosialisasi dengan teman-temannya.

Pada masa remaja pertemanan dan lingkungan sosial sangat mementingkan tampilan, pengakuan dan pujian dari orang lain, sehingga bagi beberapa remaja dengan sosial ekonomi rendah merasa minder, yang mengakibatkan malas untuk bersosialisasi dengan teman-temannya, hal tersebut juga berdampak pada remaja untuk memunculkan pikiran-pikiran negatif tentang dirinya, berasumsi bahwa orang-orang tidak meyakainya dan dirinya terlihat buruk.

Penelitian ini juga pernah dilakukan oleh Deby Pratiwi pada tahun 2019 dengan judul “Kecemasan Sosial Ditinjau dari Harga Diri pada Remaja Status Sosial Ekonomi Rendah”. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif dan signifikan antara harga diri dengan kecemasan sosial pada remaja di Lingkungan VIII Kelurahan Belawan I, Kecamatan Medan-Belawan. Perbedaan

penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah peneliti mengambil sampel, waktu, dan tempat yang berbeda.

Penelitian lain juga pernah dilakukan oleh Tajuddin dan Haenidar pada tahun 2019 dengan judul “Hubungan antara Harga Diri dengan Kecemasan Sosial pada Remaja Akhir”. Subjek penelitian adalah remaja akhir, dengan hasil analisis data penelitian diperoleh koefisien korelasi atau r antara harga diri dengan kecemasan sosial sangat signifikan yaitu sebesar 0,010 dan $p=0,958$. Hal ini menunjukkan adanya hubungan antara harga diri dengan kecemasan sosial. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah peneliti mengambil sampel, waktu, dan tempat yang berbeda dengan penelitian terdahulu.

Penelitian tentang *Social anxiety* juga pernah dilakukan oleh Liskasiwi dan Astuti pada tahun 2020 di Universitas Mercu Buana Yogyakarta dengan judul “Hubungan antara *Self Esteem* dengan *Social Anxiety* pada Remaja di Madrasah Aliyah Assalafiyah Yogyakarta”. Berdasarkan hasil analisis penelitian diperoleh koefisien korelasi (r) sebesar $r_{xy} = - 213$ dan $p = 0,07$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara *self esteem* dengan *social anxiety* pada remaja.

Berdasarkan fenomena yang terjadi di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti “Hubungan antara *Self Esteem* dengan *Social Anxiety* pada Remaja Berstatus Sosial Ekonomi Rendah di SMA N 1 Talamau”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah dijabarkan, maka rumusan permasalahan dari penelitian ini adalah “apakah terdapat hubungan antara *self esteem* dengan *social anxiety* pada remaja berstatus sosial ekonomi rendah di SMA N 1 Talamau?”

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara *self esteem* dengan *social anxiety* pada remaja berstatus sosial ekonomi rendah di SMA N 1 Talamau

D. Manfaat Penelitian

Penelitian diajukan dengan harapan dapat memberi manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memperkaya temuan-temuan dalam bidang psikologi dan dijadikan masukan dalam pengembangan ilmu psikologi khususnya Psikologi Sosial.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan akan memberikan informasi dan pemahaman pada siswa yang berkaitan dengan *self esteem* dalam hubungannya dengan *social anxiety* sehingga dapat menjadi pelajaran dan masukan dalam kehidupan bersosialisasi dengan lingkungannya.

b. Bagi Pihak Pendidik

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan kepada pendidik guna membantu siswa dalam meminimalisir perasaan *social anxiety* dan menanamkan perasaan *self esteem* positif.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi peneliti lain yang melakukan penelitian pada bidang yang ada kaitannya, dan dapat menjadi bahan perbandingan serta referensi bagi semua pihak yang melakukan penelitian selanjutnya.