

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa sebagai periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif dan sosial emosional (Santrock, 2007). Masa remaja berlangsung antara usia 17 tahun sampai 20 tahun. Karakteristik pertumbuhan dan perkembangan remaja adalah pertumbuhan fisik, kemampuan berpikir, mengenali identitas dan menjalin hubungan dengan teman sebaya dan orang tua (Wulandari, 2014).

Pada masa remaja terjadi perubahan sangat cepat baik secara fisik maupun psikologis. Perubahan – perubahan yang terjadi yaitu, peningkatan emosional hasil dari perubahan fisik terutama hormon yang terjadi pada remaja, kematangan seksual membuat mereka tidak yakin akan kemampuan diri sendiri, dan sikap ambivalen di mana mereka menginginkan kebebasan tetapi takut memikul tanggung jawab (Putro, 2017)

Remaja mempunyai tugas-tugas perkembangan yang harus disosialisasikan dengan baik. Masa ini merupakan segmen kehidupan yang penting dalam siklus perkembangan remaja. Tugas-tugas perkembangan remaja seperti, mengembangkan keterampilan komunikasi dan bergaul dengan teman sebaya baik individu maupun kelompok, menemukan model yang dijadikan sebagai identitas diri dan menerima diri sendiri serta percaya diri terhadap kemampuan yang dimiliki (Putro, 2017)

Remaja yang hidup bersama keluarga yang utuh dapat memenuhi kebutuhan biologis, psikologis serta sosial akan bertumbuh dan berkembang

dengan sehat, dapat memaksimalkan potensi - potensi yang dimiliki dan dapat belajar menyelesaikan masalah dan tugas-tugas yang dihadapi (Monnalisza & Neviyarni, 2018). Remaja panti tentunya berbeda dengan remaja yang memiliki keluarga utuh, remaja panti memiliki masalah-masalah yang dihadapi, baik internal maupun eksternal dan sering dihadapkan dengan berbagai persoalan yang menuntut perubahan dalam segala hal dibandingkan ketika tinggal bersama keluarga (Rahmah, 2016). Remaja panti memiliki kecenderungan untuk mudah *stress*, depresi, ragu dengan kemampuan, mengeluh, kurang sabar, mudah putus asa serta lebih rentang mengalami tekanan dalam menyelesaikan masalah dan tidak percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki (Monnalisza & Neviyarni, 2018).

Kepercayaan diri merupakan hal yang tidak asing bagi kehidupan remaja yang menunjukkan tinggi rendahnya kemampuan yang dimiliki dalam dirinya (Monnalisza & Neviyarni, 2018). Membangun kepercayaan diri seseorang dengan memperlihatkan kondisi fisik dari bagian tubuh yang mudah dilihat oleh orang lain (Piran, 2017). Seseorang yang percaya diri memiliki sikap positif yaitu mampu menilai kemampuan diri sendiri serta lingkungan atau situasi yang dihadapi. Seseorang mempunyai kepercayaan diri yang tinggi memiliki ciri-ciri seperti mengenal dengan baik kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya lalu mengembangkan potensi yang dimilikinya, membuat standar atas pencapaian tujuan hidupnya lalu memberikan penghargaan jika berhasil dan bekerja lagi jika tidak tercapai, tidak menyalahkan orang lain atas kekalahan atau ketidakberhasilannya namun lebih banyak introspeksi diri sendiri, mampu mengatasi perasaan tertekan, kecewa, dan rasa ketidakmampuan yang menghadapinya, mampu mengatasi rasa kecemasan dalam dirinya, tenang

dalam menjalankan dan menghadapi segala sesuatunya, berpikir positif, dan maju terus tanpa harus menoleh kebelakang (Syam, 2017). Ada juga seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang rendah.

Orang yang tidak percaya diri atau kepercayaan diri rendah memiliki sikap negatif seperti kurang percaya dengan kemampuan, konsep diri rendah dan menutup diri (Mirhan, 2016). Individu yang kurang percaya diri mula-mula disebabkan oleh perasaan cemas dan perasaan tidak tenang yang mengikutinya, seperti malas, kurang sabar, sulit, susah, atau rendah diri. Hal ini individu menjadi ragu akan kemampuan dan dirinya serta membuat seseorang tidak merasa percaya diri (Kusumaningtyas, 2012). Dampak dari seseorang yang tidak memiliki kepercayaan diri, pertama akan mengalami kegagalan, karena tidak yakin akan kemampuan yang dimilikinya dalam mengambil keputusan. Kedua, seseorang akan mudah mengeluh dan merasa tidak nyaman dengan apa yang dikerjakan dan merasa terbebani. Ketiga, merasa putus asa dengan dirinya sendiri. Keempat, gelisah dalam menentukan tujuan hidupnya sehingga mengalami kegagalan (Monnalisza & Neviyarni, 2018). Hal ini juga dialami oleh remaja panti asuhan X.

Remaja E setiap ada kegiatan pasti selalu menyendiri dan dia merasa aman. E juga terkenal anak yang pendiam dan mudah marah ketika teman-temannya menggodanya. Remaja MT selalu berpikir negatif terhadap dirinya ketika dia merasa berbeda dengan yang lain karena MT berasal dari NTT dan teman-temannya kebanyakan berasal dari Nias. Remaja R merasa takut mengungkapkan pendapatnya karena R memiliki keyakinan yang berbeda dengan teman-teman di panti dan remaja RS selalu mendapatkan ejekan dari

teman-temannya hal ini disebabkan badan RS yang terlalu kurus, tinggi dan tidak berisi sehingga membuat RS kesal dengan ejekan itu.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan keempat remaja panti asuhan X membuktikan bahwa remaja yang berada dipanti asuhan kurang percaya diri. Hal ini ditandai seperti menutup diri, berpikir negatif terhadap dirinya, tidak yakin akan kemampuan yang dimilikinya, selalu berpikir buruk, selain itu juga biasanya orang yang kurang percaya diri akan bergantung pada orang lain dalam mengambil keputusan dan takut mengungkapkan pendapatnya di depan umum serta takut mencoba hal-hal yang baru (Monnalisza & Neviyarni, 2018).

Salah satu faktor yang memengaruhi kepercayaan diri menurut Lindenfirld (Utomo & Harmiyanto, 2016) adalah komunikasi. Komunikasi adalah dasar seluruh interaksi antar manusia. Tanpa komunikasi, interaksi antar manusia, baik secara perorangan, kelompok maupun organisasi tidak mungkin terjadi. Komunikasi dibedakan menjadi komunikasi interpersonal, komunikasi interpersonal dan komunikasi massa (Rakhmat & M.Sc, 2007). Untuk meningkatkan kepercayaan diri remaja panti asuhan X memerlukan tindakan pelatihan. Pelatihan adalah pengembangan keterampilan yang mampu menjadikan seseorang terampil dibidangnya (Priyono & Darma, 2016). Pelatihan yang diberikan dengan memberikan pelatihan komunikasi interpersonal kepada remaja panti asuhan X. Pelatihan komunikasi interpersonal melatih kemampuan untuk terbuka, berempati, memberi dorongan positif ke individu lain serta memiliki sikap suportif. Remaja panti memiliki karakter yang berbeda dengan remaja pada umumnya. Remaja di panti tidak memiliki orangtua yang utuh, kehidupan yang berbeda dan memiliki permasalahan masing-masing. Oleh sebab

itu peneliti tertarik apakah pelatihan komunikasi interpersonal efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri remaja panti?

Penelitian yang dilakukan kali ini berbeda dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Dewanti, Yusmansyah, & Widiastuti³ (2014), Rahmanita & Ratnawati (2018) dan (Winardi, 2016) mengenai hubungan antara kepercayaan diri dalam berkomunikasi dengan komunikasi interpersonal menyimpulkan bahwa ada hubungan positif antara kepercayaan diri dalam berkomunikasi dengan komunikasi interpersonal. Sarinah & Aziz (2010) tentang hubungan rasa percaya diri dan komunikasi interpersonal dengan aktualisasi diri menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara rasa percaya diri dan komunikasi interpersonal. Semakin tinggi komunikasi interpersonal yang dilakukan oleh siswa kelas X, maka rasa percaya diri siswa kelas X semakin tinggi. Mereka melakukan penelitian dengan cara kuantitatif biasa sedangkan dengan peneliti menggunakan metode yang berbeda yaitu metode eksperimen.

1.2 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik pengaruh pelatihan komunikasi interpersonal terhadap kepercayaan diri.

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini memiliki manfaat sebagai referensi tentang pengetahuan komunikasi interpersonal dan kepercayaan diri dalam bidang psikologi sosial khususnya pada komunikasi interpersonal dan kepercayaan diri.

1.3.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja Panti

Dapat mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal dan mengembangkan kepercayaan diri remaja panti.

b. Bagi Pengurus Panti

Sebagai pendamping dalam pengembangan keterampilan remaja panti asuhan melalui pelatihan komunikasi interpersonal dan meningkatkan kepercayaan diri.

