

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Identitas Diri

1. Definisi Identitas Diri

Freedman (2018) menyatakan bahwa identitas diri merupakan seseorang yang berusaha menjadi aku yang memiliki sifat sentral mandiri dan unik serta sadar akan kesatuan batin dan sekaligus berarti menjadi seseorang yang diterima dan diakui masyarakat atau orang banyak. Bila seseorang paham mengenai identitas diri yang dimiliki, maka seseorang akan mengetahui ciri-ciri khas kepribadian yang dimiliki. Identitas diri juga dapat diartikan sebagai cara hidup atau asas-asas, pandangan yang menentukan cara hidup selanjutnya.

Menurut Marcia (1993), Pembentukan identitas diri melibatkan dua elemen penting, yaitu eksplorasi (krisis) dan komitmen. Eksplorasi (krisis) merujuk pada periode di mana seseorang mencoba berbagai pilihan alternatif untuk akhirnya memilih satu alternatif tertentu. Sementara itu, komitmen mengacu pada upaya untuk membuat keputusan terkait pekerjaan atau ideologi, serta menetapkan berbagai strategi untuk mewujudkan keputusan tersebut.

Erikson (1968) menjelaskan identitas diri adalah perasaan subjektif tentang diri yang tetap konsisten dan berkembang seiring waktu, meskipun berada di berbagai tempat dan situasi sosial. Seseorang tetap merasakan dirinya sebagai orang yang sama, sehingga orang lain yang menyadari kontinuitas karakter tersebut dapat merespons dengan tepat. Dengan

demikian, identitas membantu individu dan orang lain untuk memastikan perasaan subjektif tersebut.

Menurut Waterman, Identitas diri mengacu pada gambaran diri yang jelas, yang mencakup tujuan yang spesifik untuk dicapai, nilai-nilai, dan keyakinan yang dipilih oleh individu tersebut. Komitmen-komitmen ini berkembang seiring waktu dan dibentuk berdasarkan tujuan, nilai, dan keyakinan yang ingin dicapai, serta nilai penting yang memberikan arah, tujuan, dan makna dalam hidup (Feist, 2011).

Kesimpulan dari berbagai pandangan tersebut adalah bahwa identitas diri merupakan konsep yang mencerminkan pemahaman seseorang tentang siapa dirinya secara unik, konsisten, dan mandiri, baik dalam konteks internal (kesadaran diri) maupun eksternal (penerimaan sosial). Pembentukan identitas diri melibatkan proses eksplorasi pilihan hidup dan komitmen terhadap nilai, tujuan, serta kepercayaan yang memberikan makna dan arah dalam kehidupan. Identitas diri juga bersifat dinamis, berkembang seiring waktu, namun tetap mencerminkan kontinuitas yang memungkinkan individu dan orang lain mengenali karakter yang konsisten dalam berbagai situasi.

2. Komponen Identitas Diri

Marcia (1993) membagi komponen-komponen pembentukan identitas diri dari komponen krisis dan komponen komitmen, adapun komponen tersebut terbagi menjadi empat sebagai berikut :

- 1) Difusi Identitas (*Identity Diffusion*) Difusi identitas adalah ketika seseorang tidak tahu ke mana harus pergi, tidak melakukan eksplorasi, dan tidak berkomitmen pada peran tertentu, sehingga mereka tidak dapat

menemukan identitas dirinya. Mereka akan mudah menghindari persoalan dan cenderung mencari pemuasan dengan segera. Individu dengan difusi identitas tidak memiliki arah yang jelas. Mereka tidak memiliki komitmen pada nilai dan tujuan dan juga tidak aktif berusaha memilikinya. Mereka mungkin tidak pernah mengeksplorasi alternatif atau mungkin merasa tugas itu terlalu mengancam dan berat.

- 2) Penutupan Identitas (*Identity Foreclosure*) Penutupan Identitas yaitu suatu keadaan seseorang dapat menemukan diri dan memiliki komitmen namun tanpa melalui eksplorasi terlebih dahulu. Mereka mempunyai pilihan – pilihan terhadap pekerjaan, pandangan keagamaan atau ideologi namun tidak berdasarkan pada pertimbangan yang matang dan lebih ditentukan oleh orang tua atau gurunya. Individu dengan identitas tertutup memiliki komitmen diri pada nilai dan tujuan tanpa mengeksplorasi beragam alternatif. Mereka menerima identitas siap pakai yang dipilih untuk mereka oleh pemegang otoritas, biasanya orang tua tetapi kadang guru, pemuka agama, atau pasangan dekat.
- 3) Moratorium Identitas (*Identity Moratorium*) Moratorium Identitas yaitu suatu keadaan yang menggambarkan seseorang sedang sibuk–sibuknya mencari identitas diri, berada dalam keadaan untuk menemukan diri. Seseorang tidak dapat membuat komitmen tertentu namun secara aktif mengeksplorasi sejumlah nilai, minat, ideologi, dan pekerjaan dalam rangka mencari identitas diri. Moratorium berarti “pola menunda atau menahan“. Individu ini belum membuat komitmen pasti. Mereka sedang dalam proses eksplorasi, mengumpulkan informasi dan mencoba–coba

kegiatan dengan harapan menemukan nilai dan tujuan untuk memandu kehidupan mereka.

- 4) Pencapaian Identitas (*Identity Achievement*) pencapaian identitas adalah kondisi di mana seseorang telah menemukan identitas dirinya dan membuat komitmen-komitmen setelah mempertimbangkan berbagai alternatif pilihan yang dirasakannya paling sesuai, sehingga ia dapat menentukan informasi yang tepat dan sesuai dengan pilihannya (Berk, 2012).

Dari komponen diatas dapat disimpulkan bahwa pembentukan identitas diri melibatkan empat komponen, yaitu Difusi Identitas, di mana individu tidak melakukan eksplorasi maupun memiliki komitmen sehingga kehilangan arah; Penutupan Identitas, di mana individu memiliki komitmen tanpa eksplorasi, biasanya dipengaruhi oleh otoritas seperti orang tua; Moratorium Identitas, di mana individu aktif mengeksplorasi berbagai alternatif namun belum membuat komitmen; dan Pencapaian Identitas, di mana individu mencapai identitas matang setelah melalui proses eksplorasi dan membuat komitmen yang tepat. Keempat status ini menunjukkan tahapan perkembangan dalam pencarian identitas diri.

3. Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Identitas Diri

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi identitas diri menurut Fuhrman (1990), adalah:

- 1) Pola asuh demokratis dianggap dapat mendukung perkembangan identitas diri remaja secara lebih optimal, karena dengan pola asuh ini, remaja dapat mengembangkan dan mengekspresikan pemikirannya,

dengan orang tua berperan sebagai pengawas, bukan sebagai pembatas kebebasan.

- 2) Model Identifikasi, model identifikasi biasanya adalah orang yang sukses dalam hidupnya. Individu memiliki suatu harapan bahwa dengan menjadi seperti model identifikasinya maka dirinya akan meraih sukses yang sama sehingga memotivasi individu untuk melakukan hal-hal yang dilakukan oleh model tersebut.
- 3) Homogenitas Lingkungan Individu yang berada pada lingkungan yang homogen cenderung lebih mudah membentuk identitas dirinya dibandingkan dengan yang berada pada lingkungan heterogen. Individu yang berada pada lingkungan heterogen lebih lama menghadapi krisis karena terlalu banyak alternatif yang ada di hadapannya.
- 4) Perkembangan Kognisi, perkembangan kognisi masa remaja adalah bilamana individu mampu berpikir secara operasional formal dan lebih sistematis terhadap hal-hal yang abstrak. Dalam tahap ini pola berpikir menjadi lebih fleksibel dan mampu melihat persoalan dari berbagai sudut pandang yang berbeda, individu cenderung lebih mempunyai komitmen yang kuat dan konsisten.
- 5) Remaja memiliki sifat rasa ingin tahu yang kuat dan dorongan untuk eksplorasi, yang dapat mendukung mereka dalam mencapai identitas diri.
- 6) Pengalaman Masa Kanak-kanak Individu yang berhasil mengatasi konflik-konfliknya pada masa kanak-kanak cenderung lebih mudah menghadapi krisis dalam proses pembentukan identitas diri.

- 7) Pengalaman Kerja pengalaman kerja dapat merangsang pembentukan identitas diri seseorang. Dengan menghadapi tantangan di lingkungan kerja, individu menjadi lebih dewasa dan lebih memahami kelebihan serta kekurangan diri dalam mengatasi masalah yang muncul.
- 8) Interaksi Sosial, Individu akan membentuk identitas dirinya melalui interaksi dengan orang lain. Dengan berbicara tentang dirinya, individu akan memperoleh pemahaman lebih lanjut tentang dirinya, dan lingkungan sekitar akan berperan dalam membentuk identitas tersebut. Untuk berkembang dan menjadi sesuatu, individu perlu terlibat dalam interaksi.
- 9) Kelompok Teman Sebaya Kelompok teman sebaya merupakan kelompok acuan bagi seorang anak untuk mengidentifikasi dirinya dan untuk mengikuti standar kelompok.

Dari faktor diatas meliputi pola asuh demokratis yang mendukung kebebasan berekspresi, model identifikasi yang memotivasi individu untuk meniru orang sukses, homogenitas lingkungan yang memudahkan pembentukan identitas, serta perkembangan kognisi yang lebih fleksibel pada masa remaja. Selain itu, sifat individu yang ingin mengeksplorasi, pengalaman masa kanak-kanak, pengalaman kerja, interaksi sosial, dan kelompok teman sebaya juga berperan penting dalam membentuk identitas diri seseorang.

B. Kesepian

1. Definisi Kesepian

Menurut Hidayati (2015) kesepian merupakan respons emosional dan kognitif seseorang terhadap keadaan di mana individu tersebut memiliki sedikit hubungan sosial yang tidak memadai atau tidak memenuhi harapannya. Peplau dan Perlman (1982) perasaan kesepian adalah pengalaman yang tidak menyenangkan yang muncul ketika jaringan sosial seseorang berkurang, baik dari segi jumlah maupun kualitas. Berkurang secara kuantitatif berarti jumlah teman yang dimiliki tidak sesuai dengan harapan, sedangkan berkurang secara kualitatif berarti kualitas hubungan yang dimiliki saat ini tidak memadai atau kurang memuaskan.

Menurut Bruno (2002) kesepian adalah kondisi mental dan emosional yang terutama ditandai dengan perasaan terisolasi dan kekurangan hubungan sosial. Myers (2012) kesepian tidak selalu berkaitan dengan kesendirian, melainkan lebih kepada perasaan terisolasi dari kelompok, tidak dicintai oleh orang-orang di sekitar, tidak dapat berbagi hal-hal pribadi, merasa berbeda, dan terasing dari lingkungan sosial.

Menurut Daryaksini dan Hudaniah (2009), kesepian adalah perasaan kekurangan dalam hubungan dengan orang lain, yang disebabkan oleh ketidakpuasan individu terhadap hubungan yang ada. Kesepian tidak hanya berkaitan dengan ketiadaan orang di sekitar, tetapi juga merupakan akibat dari tidak adanya orang yang tepat untuk membantu memenuhi kebutuhan tertentu dalam interaksi sosialnya.

Dapat disimpulkan bahwa kesepian adalah perasaan emosional yang tidak menyenangkan, yang muncul ketika individu merasa tidak puas dengan kehidupan sosialnya, sehingga menimbulkan perasaan terisolasi dan merasa tidak ada orang yang dapat memahami dirinya dengan baik.

2. Aspek kesepian

Ada beberapa aspek dari kesepian menurut Bruno (2002) diantara lain:

- a. Isolasi adalah kondisi di mana individu merasa terisolasi dari tujuan dan nilai-nilai utama dalam masyarakat. Faktor-faktor seperti agresivitas, kemenangan, dan manipulasi dapat menjadi pemicu munculnya perasaan keterasingan tersebut.
- b. Penolakan yaitu suatu kondisi di mana individu merasa tidak diterima dan terasingkan dari lingkungan sekitar. Meskipun berada di tengah keramaian, individu yang kesepian akan merasakan dirinya ditinggalkan dan ditolak.
- c. Merasa disalah mengerti, yaitu Kondisi di mana individu merasa dirinya disalahkan dan tidak berharga. Seseorang yang sering disalahpahami dapat mengembangkan rasa rendah diri, merasa tidak mampu bertindak, dan kehilangan kepercayaan diri.
- d. Merasa tidak pernah dicintai, yaitu kondisi di mana individu tidak merasakan kasih sayang, perlakuan yang lembut, atau penghormatan, merasa tidak dicintai, dan terpisah dari persahabatan atau kerja sama. Setiap individu membutuhkan perhatian untuk berkembang sesuai dengan tahap usianya. Perhatian yang diterima secara teratur

merupakan cara untuk mengatasi rasa kesepian. Tanpa perhatian, individu akan menjadi terasing secara emosional.

- e. Tidak memiliki sahabat, yaitu tidak ada individu di sekitarnya atau yang mendampinginya, tidak memiliki hubungan, dan tidak bisa berbagi. Seseorang yang merasa tidak berharga adalah orang yang tidak memiliki sahabat.
- f. Malas membuka diri, yaitu suatu keadaan dimana individu kurang bisa menjalin keakraban dengan orang lain, merasakan cemas dan takut tersakiti.
- g. Bosan, Yaitu merasakan kebosanan dan ketidaknyamanan, merasa tidak menarik, merasa lemah, dan orang yang mudah merasa bosan biasanya adalah orang yang tidak pernah menikmati keadaan yang ada.
- h. Gelisah, Dengan kata lain, mereka yang mengalami kecemasan dan mengalami perasaan resah, tidak nyaman dan tentram, khawatir, tidak bahagia, dan galau

Dari aspek diatas dapat disimpulkan meliputi beberapa aspek: Isolasi, perasaan terasing dari nilai-nilai masyarakat; Penolakan, merasa ditinggalkan meskipun di tengah keramaian; Merasa Disalah Mengerti, merasa disalahkan dan tidak berguna; Merasa Tidak Pernah Dicintai, kurang kasih sayang dan perhatian; Tidak Memiliki Sahabat, merasa tidak ada yang dapat diajak berbagi; Malas Membuka Diri, kesulitan menjalin hubungan karena cemas; Bosan, merasa jenuh dan tidak menikmati hidup; dan Gelisah, merasa resah, khawatir, dan tidak nyaman

C. Kelekatan Teman Sebaya

1. Definisi Kelekatan Teman Sebaya

Purwati & Rahmandani (2020) menyebutkan bahwa kelekatan teman sebaya sebagai interaksi individu yang terjalin dalam suatu hubungan kelompok sebaya yang dapat memunculkan sumber rasa aman pada individu tersebut. Aulya & Wahyuni (2017) menjelaskan kelekatan sebagai bentuk hubungan psikologis antar individu yang terbentuk sejak dilahirkan dan memberikan pengaruh dalam pembentukan hubungan dengan lingkungannya.

Kelekatan aman teman sebaya didefinisikan Armsden dan Greenberg (1987) sebagai sebuah relasi antara individu dan teman sebayanya dimana keduanya yakin jika kebutuhan dan atau keinginan mereka akan mendapatkan respon sesuai harapan apabila individu menerangkan perasaannya

Teman sebaya, sebagai kelompok sosial, awalnya didefinisikan sebagai orang-orang yang memiliki kesamaan sosial atau ciri-ciri tertentu, seperti kesamaan usia. Namun, pengertian tersebut berkembang menjadi lebih menekankan pada kesamaan perilaku atau aspek psikologis antar anggota dalam kelompok sebaya (Desmita, 2003).

Hurlock (1980) mengungkapkan bahwa kelompok teman sebaya atau peer group memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupan remaja. Kelompok ini terdiri dari teman-teman tertentu yang menerima individu sebagai bagian dari kelompok, dan di sinilah remaja sangat bergantung. Penerimaan oleh teman sebaya berarti seseorang dipilih untuk

bergabung dalam aktivitas kelompok, di mana ia menjadi anggota di dalamnya.

Kesimpulannya, kelekatan teman sebaya merupakan hubungan psikologis yang terbentuk di antara individu dalam kelompok sebaya, yang memberikan rasa aman dan mempengaruhi cara individu berhubungan dengan lingkungan. Teman sebaya, yang awalnya didefinisikan berdasarkan kesamaan usia atau sosial, kini lebih ditekankan pada kesamaan perilaku atau psikologis antar anggotanya. Kelompok teman sebaya sangat penting bagi remaja, karena memberikan penerimaan dan dukungan yang vital dalam perkembangan mereka.

2. Aspek–Aspek Kelekatan Teman Sebaya

Armsden & Grenberg (1987) menyatakan kelekatan teman sebaya terdiri dari 3 aspek, yaitu:

- a. Kepercayaan, yang merupakan adanya rasa aman dan kenyamanan serta adanya keyakinan pada teman sebaya.
- b. Komunikasi, yang mengacu kepada kualitas komunikasi dan interaksi yang terjalin dengan teman sebaya.
- c. Keterasingan, merupakan kemarahan yang muncul diakibatkan adanya pengabaian dari teman. Setiap individu memiliki kelekatan yang berbeda-beda dengan figur pengasuhnya.

Berdasarkan uraian tersebut diatas, tiga aspek kelekatan terhadap teman sebaya diketahui dapat mencerminkan kualitas kelekatan seseorang yakni komunikasi, kepercayaan, dan keterasingan.

D. Siswa Kelas X SMA

Siswa di tingkat sekolah menengah atas berada pada tahap perkembangan remaja. Selama periode ini, banyak perubahan terjadi, baik dalam aspek hormonal, fisik, psikologis, maupun sosial. Perubahan ini berlangsung dengan cepat dan sering kali tidak disadari. Perubahan fisik yang paling terlihat mencakup perkembangan tanda-tanda seks sekunder, percepatan pertumbuhan, serta perubahan dalam perilaku dan hubungan sosial dengan lingkungan. Jika perubahan ini tidak diperhatikan dengan cermat, dapat menyebabkan gangguan atau masalah kesehatan tertentu (Batubara, 2016).

Siswa yang berada di bangku SMA (sekolah menengah atas) merupakan bagian dari tahap perkembangan remaja. Pada masa ini, remaja cenderung labil dan mudah dipengaruhi oleh lingkungan sekitar, baik itu orangtua maupun teman sebaya. Mengingat sebagian besar waktu mereka dihabiskan di sekolah, pengaruh yang lebih besar umumnya berasal dari teman sebaya.

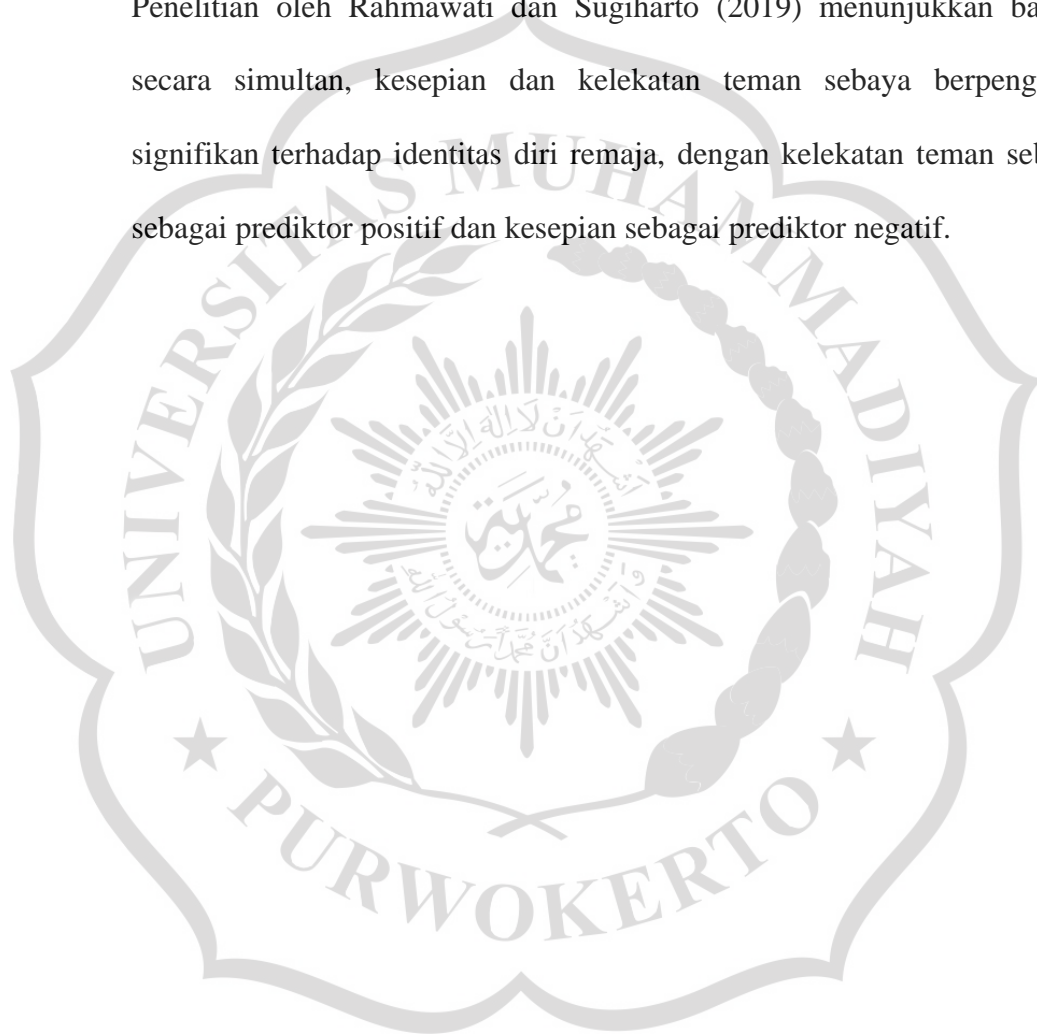
Siswa SMA kelas 10 adalah pelajar tahun pertama SMA, biasanya berusia 15-16 tahun. Siswa kelas 10 belum mengambil peminatan sesuai jurusan (IPA, IPS, atau Hafiz). Kelas 10 juga menjadi tahap awal persiapan menuju jenjang pendidikan dan karir yang lebih spesifik.

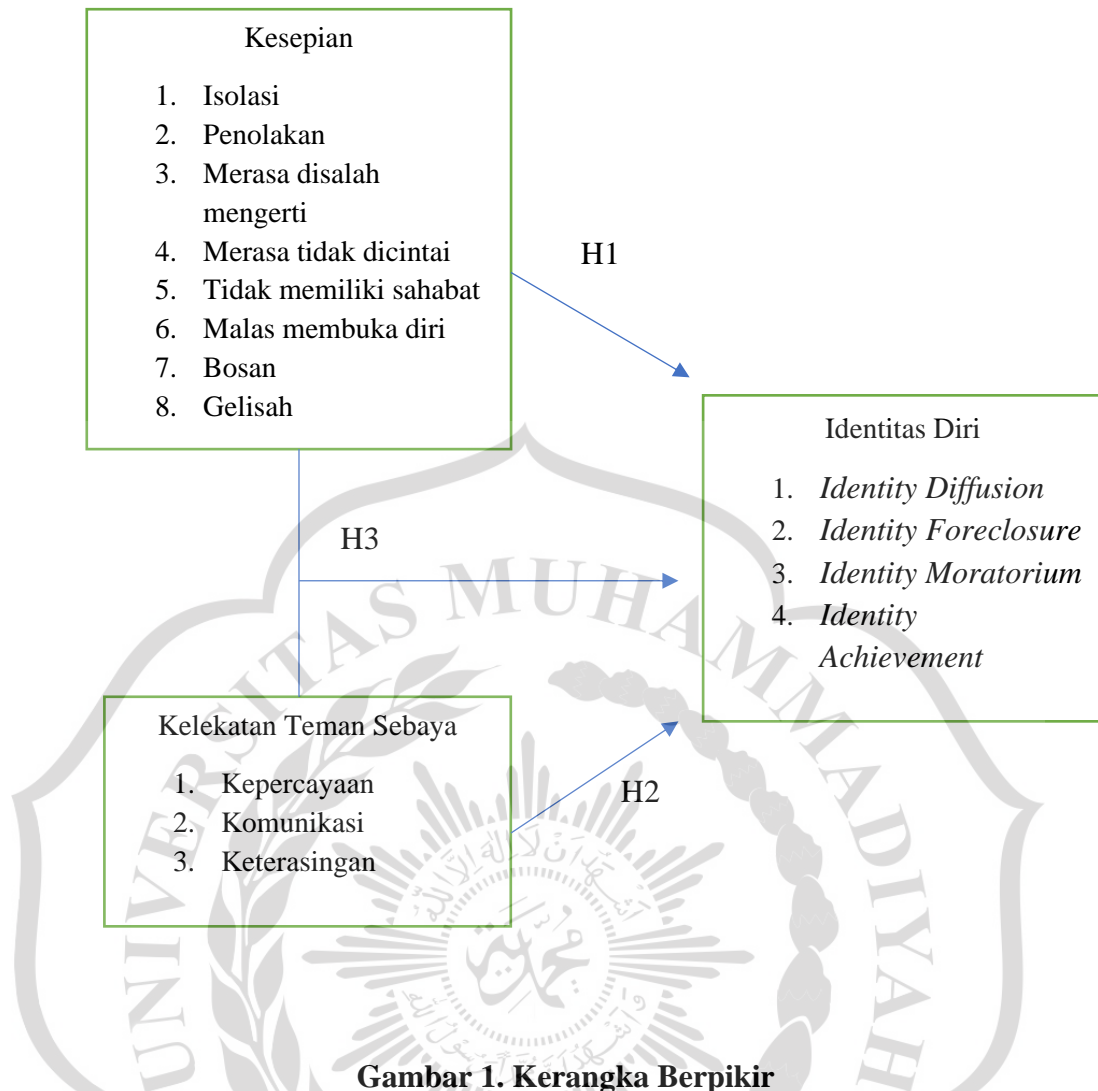
E. Pengaruh Kesepian dan Kelekatan Teman Sebaya Terhadap Identitas Diri Pada Siswa SMA Muhammadiyah 1 Purbalingga

Kesepian adalah kondisi psikologis ketika individu merasa tidak memiliki hubungan sosial yang memadai, baik secara kuantitas maupun kualitas. Pada masa remaja, kondisi ini dapat menjadi hambatan signifikan dalam proses pembentukan identitas diri. Remaja yang mengalami kesepian cenderung menarik diri dari lingkungan sosial, merasa terisolasi, dan memiliki self-concept yang kabur, sehingga kesulitan dalam mengenali dan memahami siapa dirinya (Astuti & Wibowo, 2021). Penelitian oleh Purwanti dan Andriani (2020) juga menemukan bahwa kesepian berperan sebagai prediktor negatif terhadap pembentukan identitas diri. Artinya, semakin tinggi tingkat kesepian yang dirasakan remaja, semakin rendah pula kematangan identitas yang mereka capai. Kesepian menurunkan kesempatan untuk memperoleh umpan balik sosial yang dibutuhkan dalam pembentukan identitas diri.

Kelekatan teman sebaya (*peer attachment*) memiliki peranan penting dalam perkembangan identitas diri remaja. Kelekatan yang sehat mencerminkan adanya hubungan emosional yang erat, dukungan, dan kepercayaan antara individu dengan teman-temannya. Hubungan seperti ini menyediakan ruang bagi remaja untuk mengekspresikan diri, mendapat validasi sosial, dan melakukan eksplorasi identitas secara lebih terbuka (Arnett, 2013). Penelitian oleh Pratiwi (2022) menunjukkan bahwa kelekatan teman sebaya memiliki hubungan yang signifikan dan positif terhadap perkembangan identitas diri. Kelekatan yang tinggi mendorong remaja untuk lebih percaya diri dalam menentukan jati dirinya.

Kesepian dan kelekatan teman sebaya memiliki arah pengaruh yang berlawanan terhadap identitas diri. Kesepian menghambat perkembangan identitas karena minimnya interaksi sosial dan dukungan emosional, sementara kelekatan teman sebaya mendukung pembentukan identitas melalui hubungan yang saling mendukung dan penuh penerimaan. Penelitian oleh Rahmawati dan Sugiharto (2019) menunjukkan bahwa secara simultan, kesepian dan kelekatan teman sebaya berpengaruh signifikan terhadap identitas diri remaja, dengan kelekatan teman sebaya sebagai prediktor positif dan kesepian sebagai prediktor negatif.





F. Hipotesis

H1 : Terdapat pengaruh kesepian terhadap identitas diri pada siswa/i Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Purbalingga.

H2 : Terdapat pengaruh kelekatan teman sebaya terhadap identitas diri pada siswa/i Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Purbalingga.

H3 : Terdapat pengaruh kesepian dan kelekatan teman sebaya terhadap identitas diri pada siswa/i Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Purbalingga.