

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja adalah masa perkembangan transisi antara masa anak - anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologi, kognitif, dan sosial-emosional (Santrock, 2007). Menurut Pardede (2002), masa remaja adalah suatu fase perkembangan yang dinamis dalam kehidupan seorang individu. Masa ini merupakan periode transisi dari masa anak ke masa dewasa yang ditandai dengan percepatan perkembangan fisik, mental, emosional, dan sosial, serta berlangsung pada dekade kedua masa kehidupan.

Masa remaja berlangsung melalui 3 tahapan yaitu masa remaja awal (11-13 tahun), masa remaja menengah (14-16 tahun), masa remaja akhir (17-20 tahun). Masa remaja menengah, pada masa ini ditandai dengan hampir lengkapnya pertumbuhan pubertas, timbulnya keterampilan berfikir yang baru, peningkatan pengenalan terhadap datangnya dewasa, keinginan memapankan jarak emosional dan psikologis terhadap orangtua, menampakkan pengungkapan kebebasan diri, dalam mencari teman sebaya lebih selektif, dan memiliki citra (gambaran, keadaan, peranan) terhadap dirinya (Pardede, 2002). Pada diri remaja, pengaruh lingkungan dalam menentukan perilaku diakui cukup kuat. Walaupun remaja telah mencapai tahap perkembangan kognitif yang memadai untuk menentukan tindakannya sendiri, namun penentuan diri remaja dalam berperilaku banyak dipengaruhi

oleh tekanan dari kelompok teman sebaya. Saat ini cara bersosialisasi remaja lebih banyak dilakukan di dunia maya. Ini merupakan akibat dari berkembangnya ilmu teknologi.

Perkembangan internet dan media sosial yang begitu pesat ini, membawa dampak yang cukup signifikan bagi seluruh masyarakat diseluruh belahan dunia, tidak terkecuali para remaja. Menurut data terbaru yang dirilis *We Are Social* per Agustus 2017 jumlah pengguna internet global kini menyentuh angka 3,8 miliar. Dari 3,8 milyar orang, 2,9 milyarnya aktif menggunakan media sosial. Dari total 2,9 milyar pengguna media sosial, sekitar 2,6 milyarnya mengakses media sosial mereka via *mobile phones*. Sebanyak 110 juta orang mulai menggunakan media sosial selama tiga bulan belakangan. Ini artinya, pengguna media sosial terus meningkat sekitar 1 juta orang perhari, alias ada 14 orang yang membuat media sosial baru setiap detik. Menurut data dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2016 menyebutkan bahwa data pengguna internet di Indonesia mencapai 132,7 juta atau sekitar 51,7% terhadap populasi. Sebagian besar pengguna internet tinggal di pulau Jawa tepatnya 86,3 juta. Dalam penggunaan internet, media sosial menempati urutan pertama yaitu 129,2 juta (97,7%). Terkait penggunaan konten media sosial, Facebook menempati urutan pertama dengan 71,6 juta pengguna (54%), disusul Instagram dan Youtube, masing – masing dengan 19,9 juta dan 14,5 juta pengguna.

Bagi masyarakat Indonesia khususnya kalangan remaja, media sosial seakan sudah menjadi candu, tiada hari tanpa membuka media sosial, bahkan

hampir 24 jam mereka tidak lepas dari *smartphone*. Masing - masing media sosial mempunyai keunggulan khusus dalam menarik banyak pengguna media sosial yang mereka miliki. Media sosial menawarkan banyak kemudahan yang membuat para remaja betah berlama-lama berselancar di dunia maya. Pengguna media sosial dapat memperbaharui status, mengganti foto profil, mengupload foto, penyampaian kondisi dan lokasi saat ini, menulis kata-kata bijak dengan mudah. Para pengguna media sosial pun dapat dengan bebas berkomentar serta menyalurkan pendapatnya tanpa rasa khawatir. Tidak semua pengguna media sosial memberikan komentar positif, namun terkadang banyak juga yang memberikan komentar negatif yang bisa membuat pengguna media sosial menjadi kurang percaya diri dan bahkan bisa menyebabkan depresi.

Menurut Jatmika (2013) terdapat 4 alasan, mengapa para remaja menjadi sering menggunakan media sosial, yang pertama ingin mendapat perhatian dari orang lain, meminta pendapat dari rekan - rekannya di media sosial, dapat menumbuhkan citra diri, dan yang terakhir menyebabkan media sosial membuat remaja menjadi kecanduan untuk menggunakannya. Tidak dipungkiri terdapat sisi positif dan negatif dari media sosial. Sisi positif dari penggunaan media sosial adalah menunjukkan ekspresi diri, identitas diri, membangun komunitas, dan dukungan emosional. Di lain pihak terdapat sisi negatif penggunaan media sosial, diantaranya adalah *cyberbullying*.

Cyberbullying yaitu perlakuan kasar yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang, menggunakan bantuan alat elektronik yang dilakukan

berulang dan terus menerus pada seorang target yang kesulitan membela diri (Smith dkk, 2008). Bentuk dan metode *cyberbullying* beragam, bisa berupa pesan ancaman melalui e-mail, mengunggah foto yang mempermalukan korban, membuat situs web untuk menyebarkan fitnah dan mengolok-olok korban hingga mengakses akun jejaring sosial orang lain untuk mengancam korban dan membuat masalah (Bemoe, 2011). Mereka sebagai korban *cyberbullying* sering mengalami ketakutan untuk sekolah dan menjadi tidak percaya diri. Jika hal ini terjadi pada remaja, bisa menimbulkan keinginan untuk menutup diri, ini merupakan dampak dari harga diri yang negatif.

Harga diri (*Self-esteem*) adalah evaluasi diri yang dirancang dan dilakukan individu yang berasal dari interaksi dengan lingkungan dan perlakuan orang lain terhadap dirinya (Coopersmith dalam Rohmah, 2004). Remaja pada saat ini, banyak yang melihat sosok orang lain yang di jadikan *role model* hanya melalui *posting-an* foto atau video yang ada di media sosial yang menunjukkan sebagian besar kehidupan mereka yang baik dan yang sering dianggap tujuan dalam hidup, namun akibat dari melihat dari kehidupan sang "*role model*", jika remaja memiliki *self-esteem* yang rendah, maka mereka akan cenderung membandingkan diri sendiri dengan *role model*-nya dan menganggap diri mereka tidak ada apa-apanya seperti mereka tidak berharga dan tidak dapat memiliki kehidupan seperti panutannya.

Individu dengan harga diri tinggi cenderung dominan dan asertif, sedangkan individu dengan harga diri yang rendah cenderung akan menarik diri dari pergaulan sosial dan menilai dirinya rendah (Coopersmith, dalam

Rohmah, 2004). Pentingnya pemenuhan kebutuhan harga diri terutama pada remaja, berkaitan dengan dampak negatif jika mereka tidak memiliki harga diri yang baik. Mereka akan mengalami kesulitan untuk menunjukkan perilaku sosialnya dan merasa canggung. Dalam hal ini, dukungan dari lingkungan sekitar sangat dibutuhkan oleh remaja baik itu dari orang tua, keluarga, dan teman-teman sekitar. Dan juga remaja harus dibimbing dalam hal penggunaan media sosial.

Peneliti melakukan studi pendahuluan dengan melakukan wawancara kepada remaja di SMA N 1 Majenang, hasil yang diperoleh dari 15 remaja semuanya memiliki media sosial dan jika diluar sekolah lebih banyak komunikasi dengan teman melalui *chatting* di media sosial, 11 dari 15 jika mengupload foto di media sosial biasanya di edit terlebih dahulu dan 12 dari 15 remaja tidak berani berbicara di depan umum, bingung saat memulai pembicaraan, dan terkadang merasa minder. Peneliti juga melakukan wawancara kepada guru BK, selama ini belum pernah memberikan pelatihan tentang harga diri. Berdasarkan uraian latar belakang di atas peneliti ingin memberikan pelatihan kepercayaan diri untuk meningkatkan harga diri remaja dalam menghadapi media sosial di SMA N 1 Majenang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas. Maka dari itu, peneliti ingin meneliti Apakah ada pengaruh latihan kepercayaan diri terhadap harga diri remaja dalam menghadapi media sosial di SMA N 1 Majenang ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan kepercayaan diri terhadap harga diri remaja dalam menghadapi media sosial di SMA N 1 Majenang.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik responden penelitian di SMA N 1 Majenang.
- b. Untuk mengetahui skor harga diri remaja sebelum diberi latihan kepercayaan diri di SMA N 1 Majenang.
- c. Untuk mengetahui skor harga diri remaja setelah diberi latihan kepercayaan diri di SMA N 1 Majenang.
- d. Untuk mengetahui perbedaan harga diri, sebelum dan setelah diberikan latihan kepercayaan diri di SMA N 1 Majenang.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah :

1. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai bahan informasi mengenai perkembangan remaja di SMA N 1 Majenang terkait dalam penggunaan media sosial yang dapat berpengaruh pada harga diri sehingga dapat dijadikan bahan masukan agar institusi dapat memberikan motivasi pada remaja agar mampu

mengontrol diri ketika bermain media sosial dan memberi motivasi agar mereka tetap mempunyai harga diri yang tinggi.

2. Bagi Pendidikan Keperawatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan serta dijadikan referensi bagi mahasiswa lain yang akan melakukan penelitian tentang latihan kepercayaan diri terhadap harga diri remaja dalam menghadapi media sosial.

3. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi peneliti dalam menambah khasanah keilmuan peneliti, serta menerapkan ilmu yang telah diperoleh.

4. Bagi Responden

Peneliti berharap hasil penelitian ini dapat meningkatkan harga diri remaja dalam menghadapi media sosial.

E. Penelitian Terkait

1. Saputri (2017) Pengaruh Latihan Percaya Diri Terhadap Peningkatan Percaya Diri Remaja Yang Mengalami Obesitas DI MAN Kabupaten Banyumas.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui latihan percaya diri terhadap peningkatan percaya diri pada remaja yang mengalami obesitas di MAN Kabupaten Banyumas tahun 2017. Hasil penelitian : nilai rata - rata peningkatan percaya diri sebelum latihan percaya diri dengan nilai

rata - rata setelah latihan percaya diri, nilai rata - rata tersebut selisih 4,78 dengan nilai *p-value* 0,008 (*p-value* < 0,05). Kesimpulan dari penelitian ini Ada pengaruh latihan percaya diri terhadap peningkatan percaya diri remaja yang mengalami obesitas di MAN Kabupaten Banyumas tahun 2017. Perbedaan dari penelitian ini adalah lokasi penelitian dan pada variabel terikat, peneliti meneliti tentang percaya diri, sedangkan penulis meneliti tentang harga diri. Persamaan penelitian ini yaitu sama - sama meneliti mengenai latihan percaya diri.

2. Mafazi (2017) Perilaku Virtual Remaja: Strategi *Coping*, Harga Diri, Dan Pengungkapan Diri Dalam Jejaring Sosial *Online*.

Aktivitas remaja di jejaring sosial *online* dipengaruhi oleh sifat dasar remaja yang berusaha ingin dinilai positif oleh orang lain. Penelitian ini bertujuan menguji pengaruh strategi *coping* dan harga diri terhadap pengungkapan diri remaja di jejaring sosial *online* pada 185 remaja, yang diambil secara purposive sampling, dengan ciri mempunyai akun sosial media dan aktif menggunakannya. Instrumen yang digunakan adalah Skala Pengungkapan Diri (*Revised Self-Disclosure Scale*), Skala Harga Diri (*Self-esteem Scale*) dan Skala Strategi *Coping* (*The Ways of Coping Checklist*). Analisis data penelitian ini menggunakan analisis regresi. Hasil penelitian ini menemukan bahwa terdapat pengaruh positif strategi *coping* dan harga diri terhadap pengungkapan diri remaja di jejaring sosial *online*. Perbedaan dari penelitian ini adalah metode penelitian, penulis

memberikan pelatihan harga diri. Persamaan dari penelitian ini adalah sama - sama meneliti harga diri remaja.

3. Bhakti (2016) Hubungan Antara Harga Diri Dengan Kecenderungan Narsistik Pada Pengguna Instagram Ditinjau Dari Jenis Kelamin

Jejaring sosial telah memunculkan fenomena baru seperti *selfie*, juga kebiasaan memperbaharui gambar dalam aktivitas sehari-hari yang mengarah pada perilaku narsistik. Kecenderungan narsistik umumnya memiliki harga diri yang rendah. Kaitannya dengan penggunaan instagram, kecenderungan narsistik dapat membantu terhindar dari perasaan kecewa. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan kecenderungan narsistik pada pengguna instagram, perbedaan kecenderungan narsistik pada pengguna instagram ditinjau dari jenis kelamin, tingkat harga diri dengan kecenderungan narsistik, sumbangan efektif harga diri dengan kecenderungan narsistik. Hipotesis yang diajukan yaitu terdapat hubungan negatif antara harga diri dengan kecenderungan narsistik dan terdapat perbedaan antara kecenderungan narsistik pada pengguna instagram ditinjau dari jenis kelamin. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 120 orang, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta berusia 18-24 tahun, memiliki akun instagram pribadi dengan ketentuan telah bergabung lebih dari enam bulan, aktif dalam mengakses akun instagram (memeriksa pemberitahuan/ notifikasi, memeriksa halaman depan atau *explore*, memberi *like*, memberi komentar, maupun

mengunggah foto), memiliki jumlah foto lebih dari 90. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *incidental sampling*. Analisis data dilakukan dengan analisis korelasi *product moment* dan *independent sampel t-test* menggunakan program bantu SPSS 15.0 *For Windows Program*. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh hasil koefisien korelasi $r_{xy} = -0,209$ dengan $\text{sig} = 0,011$ ($p < 0,05$) dan berdasarkan hasil uji *t-test* diperoleh nilai signifikansi $0,118 > 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara harga diri dengan kecenderungan narsistik. Tidak ada perbedaan yang signifikan antara kecenderungan narsistik dengan jenis kelamin. Sumbangan efektif (SE) harga diri terhadap kecenderungan narsistik sebesar 4,3%, ditunjukkan oleh koefisien determinan (r^2) sebesar 0,043. Tingkat kecenderungan narsistik pengguna instagram tergolong rendah sedangkan tingkat harga diri tergolong tinggi. Perbedaan dari penelitian ini adalah lokasi, metode penelitian. Persamaan dari penelitian ini sama – sama meneliti tentang harga diri.

4. Adi (2009) Harga Diri Dan Kecenderungan Narsistik Pada Pengguna

Friendster

Fenomena jejaring sosial seperti *Friendster* kian marak dijumpai sebagai sarana berinteraksi dalam dunia maya belakangan ini. Pengguna *friendster* sendiri adalah kelompok yang unik dengan karakteristik yang unik. Beberapa karakteristik psikologis yang ditengarai menjadi ciri kas

kelompok ini adalah kecenderungan narsistik dan harga diri. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik hubungan antara kecenderungan narsistik dan harga diri pada pengguna *Friendster*. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan negatif antara harga diri terhadap kecenderungan narsistik pada pengguna *Friendster*. Semakin rendah harga diri, maka semakin tinggi pula kecenderungan narsistik pada pengguna *Friendster*, sebaliknya semakin tinggi harga diri, maka semakin rendah pula kecenderungan narsistik pada pengguna *Friendster*. Subjek penelitian memiliki karakteristik, yakni aktif menggunakan *Friendster* selama minimal enam bulan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan alat ukur Skala Kecenderungan Narsistik dan Skala Harga Diri. Kedua skala tersebut disebar di Kota Yogyakarta dengan menggunakan *incidental sampling* dan jumlah subjek didapat sebanyak 70 orang. Berdasarkan hasil analisis didapatkan $r_{xy} = - 0,346$ dengan $p < 0,01$ yang menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara harga diri dengan kecenderungan narsistik pada pengguna *Friendster*. Dengan demikian, hasil analisis data ini mendasari bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Perbedaan

dari penelitian ini adalah lokasi, metode penelitian. Persamaan dari penelitian ini sama – sama meneliti tentang harga diri.

