

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah suatu periode penting dalam rentang kehidupan manusia karena merupakan masa transisi yang menghubungkan masa kanak-kanak dengan masa dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan fisik, kognitif, sosial dan emosional. Menurut Sarwono (2011) usia remaja berada pada rentang 11 sampai 24 tahun. Masa remaja sangat penting dalam pembentukan identitas dan hubungan sosial. Memiliki keterampilan komunikasi yang baik adalah kunci dalam menghadapi kompleksitas kehidupan remaja. Kualitas komunikasi interpersonal tidak hanya memengaruhi hubungan sosial, tetapi juga berkontribusi secara signifikan terhadap perkembangan kognitif dan emosional. Komunikasi interpersonal yang berkualitas membantu perkembangan intelektual dan sosial setiap orang. Melalui interaksi, remaja secara aktif membangun pemahaman tentang dunia sosial, mengembangkan kemampuan berpikir kritis dan mengasah kemampuan berempati. Demikian pula, perkembangan intelektual dan sosial setiap individu sangat dipengaruhi oleh kualitas komunikasi dengan orang lain. Saat berinteraksi, seseorang akan memperhatikan, mengamati, dan mengingat semua respons yang diberikan oleh lawan bicaranya, baik secara sadar maupun tidak. Seorang anak, misalnya, akan belajar tentang bagaimana orang lain memandang dirinya. Proses komunikasi yang efektif dengan orang lain berperan penting dalam membantu seseorang menemukan jati dirinya.

Remaja memasuki tahap berpikir formal yang ditandai dengan kemampuan berpikir abstrak, membuat hipotesis, dan menarik kesimpulan. Hal ini memungkinkan remaja untuk merencanakan masa depan, mempertimbangkan berbagai kemungkinan, dan memecahkan masalah dengan cara yang lebih kompleks. Namun, egoentrisme yang khas pada masa remaja membuat individu sering merasa dunia berputar di sekitar dirinya dan menjadi pusat perhatian, sehingga sulit baginya untuk memahami perasaan

dan perspektif orang lain. Disisi lain, idealisme yang tinggi menjadi motivasi utama dalam eksplorasi diri dan pencarian makna hidup. Remaja tidak hanya berusaha menemukan siapa dirinya sebenarnya, tetapi juga mencari tempatnya di dunia. Tekanan untuk mencari jati diri seringkali membuat remaja mencari dukungan dan pengakuan dari teman sebaya. Norma-norma sosial yang terbentuk dalam kelompok teman sebaya dapat sangat mempengaruhi perilaku dan pilihan hidup remaja. Disisi lain, hubungan dengan orang tua yang semakin kompleks juga turut membentuk identitas, kemampuan komunikasi interpersonal, dan tingkat kepercayaan diri remaja. Hubungan yang suportif dengan orang tua dapat memberikan remaja ruang untuk mengekspresikan diri dengan bebas. Sebaliknya, jika remaja merasa tidak didengarkan atau dihargai oleh orang tua, individu mungkin kesulitan dalam menyampaikan pendapat dan perasaannya.

Selain itu, remaja juga mengalami perkembangan sosial yang berarti perubahan dalam berhubungan dengan orang lain. Perkembangan sosial pada masa remaja lebih melibatkan kelompok teman sebaya dibanding orang tua, sehingga remaja lebih banyak melakukan kegiatan di luar rumah seperti kegiatan sekolah, ekstrakurikuler dan bermain dengan teman. Interaksi remaja dengan lingkungannya sudah amat luas, menjangkau banyak teman sebaya dan bahkan berusaha untuk dapat berinteraksi dengan orang dewasa. Piaget (dalam Hurlock, 1980) mengatakan bahwa secara psikologis, remaja adalah suatu usia dimana individu menjadi terintegrasi ke dalam masyarakat dewasa, suatu usia di mana anak tidak merasa bahwa dirinya berada di bawah tingkat kesadaran orang yang lebih tua melainkan rasa sama atau paling tidak sejajar.

Proses perkembangan individu tidak selalu berlangsung secara mulus karena penuh tantangan dan perubahan serta banyak faktor yang menghambat perkembangan remaja seperti hambatan psikis dan fisik serta pengaruh lingkungan, keluarga, sekolah, dan masyarakat. Remaja dihadapkan dengan berbagai tugas perkembangan menurut Havighurst (1991), diantaranya, yaitu mencapai hubungan yang baru dan lebih dewasa dengan teman sebaya yang

berlainan jenis agar individu dapat belajar bekerja sama dengan orang lain demi tujuan bersama, mencapai peran sosial pria dan wanita, menerima tubuh seseorang, mencapai kemandirian emosional, mencapai kemandirian ekonomi, mempersiapkan diri untuk suatu pekerjaan, mempersiapkan diri untuk menikah dan hidup berkeluarga, mengembangkan keterampilan intelektual dan kritis, mempelajari konsep moral dan nilai-nilai yang akan menjadi pedoman hidup, dan mewujudkan perilaku yang bertanggung jawab secara sosial, sehingga remaja dapat berpartisipasi sebagai orang dewasa yang bertanggung jawab dalam kehidupan masyarakat, daerah, dan bangsa. Dalam proses perkembangan ini, kepercayaan diri dan keterampilan komunikasi interpersonal memainkan peran yang sangat penting.

Salah satu faktor yang diduga berkaitan erat dengan efektivitas komunikasi interpersonal remaja adalah kepercayaan diri. Kepercayaan diri merupakan faktor psikologis yang sangat penting dalam kehidupan individu, terutama pada masa remaja. Kepercayaan diri yang kuat dapat menjadi bekal berharga bagi remaja dalam menghadapi berbagai tantangan sosial dan emosional yang mereka hadapi. Kepercayaan diri menjadi faktor kunci yang memengaruhi efektivitas komunikasi interpersonal remaja. Remaja dengan kepercayaan diri yang tinggi cenderung lebih mudah memulai percakapan, mengungkapkan pendapat, dan menjalin hubungan baru, lebih terbuka terhadap ide-ide baru dan umpan balik dari orang lain, lebih mampu menghadapi penolakan atau kegagalan tanpa merasa terlalu terpuruk, serta lebih mampu mengendalikan emosi dalam situasi sosial yang menantang. Kepercayaan diri yang tinggi dapat mengurangi kecemasan sosial dan meningkatkan harga diri remaja, sehingga mereka merasa lebih nyaman dalam berinteraksi dengan orang lain. Sebagai konsekuensinya, remaja yang percaya diri cenderung memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang lebih baik, seperti kemampuan untuk membangun hubungan, memecahkan masalah, dan bernegosiasi. Seperti yang ditekankan oleh Bandura (1997), kepercayaan diri adalah keyakinan akan kemampuan diri untuk berperilaku sesuai dengan yang diharapkan. Kepercayaan diri yang tinggi tidak hanya

memungkinkan remaja untuk menyampaikan pesan dengan jelas, tetapi juga membantu mereka memahami perspektif orang lain dan merespons dengan empati. Sebaliknya, rendahnya kepercayaan diri dapat menghambat kemampuan remaja untuk berinteraksi secara sosial dan mengekspresikan diri dengan efektif. Kepercayaan diri yang rendah dapat menyebabkan remaja menarik diri dari interaksi sosial, menghindari konflik, dan mengalami kesulitan dalam membangun hubungan yang intim (Leary, 2004).

Kepercayaan diri dan komunikasi interpersonal adalah dua pilar penting dalam perkembangan sosial remaja. Kemampuan berkomunikasi secara efektif merupakan fondasi utama dalam menjalin hubungan sosial yang sehat bagi remaja. Kemampuan berkomunikasi secara efektif sangat diperlukan dalam berbagai aspek kehidupan remaja, seperti berinteraksi dengan teman sebaya, keluarga, guru, dan orang dewasa lainnya. Melalui interaksi sosial, remaja tidak hanya berbagi informasi, tetapi juga membangun koneksi emosional yang mendalam (Adler & Rodman, 2015). Hal ini memungkinkan remaja untuk mengeksplorasi identitas diri, mencari jati diri, membangun hubungan yang kuat, memperoleh dukungan sosial, dan mencapai potensi penuh mereka. Komunikasi interpersonal yang efektif dapat meningkatkan kualitas hubungan sosial remaja, baik dengan teman sebaya maupun dengan orang dewasa. Remaja yang memiliki keterampilan komunikasi yang baik cenderung memiliki harga diri yang lebih tinggi, tingkat stres yang lebih rendah, dan kesejahteraan emosional yang lebih baik. Komunikasi yang efektif juga dapat berkontribusi pada prestasi akademik yang lebih baik, karena remaja dapat lebih mudah berinteraksi dengan guru, meminta bantuan, dan bekerja sama dengan teman sekelas.

Sayangnya, banyak remaja masih merasa kesulitan dalam mengekspresikan diri dengan percaya diri, terutama dalam situasi sosial yang baru atau menantang sehingga dapat menghambat pembentukan jaringan sosial yang kuat dan bermakna. Hal ini dituturkan oleh salah seorang guru BK inisial A yang mengajar di kelas 8 bahwa terdapat beberapa siswa menunjukkan kecenderungan untuk tertutup, ditandai dengan sikap menutup

diri, ketakutan akan penolakan, dan kesulitan dalam berinteraksi. Siswa-siswa ini sering kali mengalami hambatan dalam membangun relasi sosial yang sehat dikarenakan merasa canggung dan mengalami kesulitan dalam memulai percakapan dengan orang lain, sehingga menarik diri dari interaksi sosial dan memilih untuk menyendiri. Akibatnya, siswa tersebut sering kali merasa teralienasi dan kesulitan dalam beradaptasi dengan dinamika kelompok. Sementara itu, beberapa siswa lainnya menunjukkan sikap percaya diri dalam berinteraksi dengan orang lain, seperti tidak takut menyampaikan pendapatnya di depan umum, berpartisipasi aktif dalam diskusi, berani mengambil peran aktif dalam berbagai kegiatan, dan mampu berkontribusi secara konstruktif dalam kegiatan berkelompok.

Kepercayaan diri adalah komponen penting yang mempengaruhi kualitas komunikasi seseorang. Sebagai contoh, penelitian oleh Indri Pratiwi (2020) berjudul “Hubungan kepercayaan diri dengan keterampilan komunikasi interpersonal pada siswa kelas XI SMA Negeri 9 Palembang” menemukan bahwa siswa yang lebih percaya diri cenderung memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang lebih baik dan lebih baik dalam berinteraksi dengan rekan-rekan. Selain itu, penelitian oleh Robiatul Adawiyah (2022) berjudul “Hubungan kepercayaan diri dengan kemampuan komunikasi interpersonal siswa SMP” menemukan bahwa siswa yang lebih percaya diri menunjukkan kemampuan komunikasi yang lebih baik dan berinteraksi dengan teman sebaya dengan lebih baik.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara kepercayaan diri dan efektivitas komunikasi interpersonal dalam interaksi sosial remaja. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pemahaman teoretis dan praktis mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kemampuan komunikasi interpersonal remaja.

B. Batasan Masalah

Pembatasan suatu masalah digunakan untuk menghindari adanya penyimpangan maupun pelebaran pokok masalah agar penelitian tersebut

lebih terarah dan memudahkan dalam pembahasan sehingga tujuan penelitian akan tercapai. Dalam penelitian ini memiliki batasan masalah yaitu hanya melibatkan siswa SMP Negeri 2 Campurdarat kelas VIII.

C. Rumusan Masalah

Mengacu pada paparan latar belakang di atas, penelitian ini akan mengkaji apakah terdapat korelasi yang signifikan antara kepercayaan diri dan komunikasi interpersonal siswa SMP Negeri 2 Campurdarat?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguji hipotesis apakah terdapat korelasi positif yang signifikan antara tingkat kepercayaan diri dengan kemampuan komunikasi interpersonal siswa SMP Negeri 2 Campurdarat.

E. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan dan wawasan di bidang bimbingan dan konseling tentang kepercayaan diri dan hubungan interpersonal pada remaja, serta memberikan kontribusi pada pemahaman tentang kepercayaan diri dan komunikasi interpersonal pada remaja, khususnya dalam konteks pendidikan.

b. Manfaat Praktis

Dengan memahami hubungan antara kepercayaan diri dengan komunikasi interpersonal, sekolah dapat merancang program pelatihan yang efektif untuk meningkatkan keterampilan komunikasi siswa. Program ini mencakup diskusi kelompok hingga presentasi publik.

Untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dan mengatasi hambatan dalam berkomunikasi, sekolah dapat menyelenggarakan program dukungan psikologis yang meliputi sesi konseling individu maupun kelompok. Dengan meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan komunikasi, siswa dapat lebih mudah bekerja sama dan berinteraksi dalam kelompok, serta dapat memperbaiki dinamika sosial dan menciptakan lingkungan belajar yang positif.