



BAB I

Pendahuluan

1.1 Latar Belakang Masalah

Perkembangan masa remaja secara kronologis dimulai dari umur 12 tahun sampai 18 tahun (Lerner & Spanier, 1980). Secara fisik dapat dikatakan bahwa masa remaja ditandai dengan adanya pubertas. Konsep remaja jika dilihat melalui sudut pandang psikologi merupakan periode transisi dari masa anak menuju masa dewasa yang didalamnya melibatkan proses biologis, kognitif, dan perubahan sosioemosional (Santrock, 2014). Berdasarkan penjelasan dari Santrock (2014) proses biologis melibatkan perubahan fisik individu termasuk perkembangan tinggi berat, badan, perkembangan otak, kemajuan dalam keterampilan motorik dan perubahan hormonal akibat dari pubertas. Proses kognitif melibatkan perubahan proses berpikir dan kecerdasan individu yang diantaranya yaitu penghafalan, pemecahan masalah dan berimajinasi. Proses sosioemosional melibatkan perubahan dalam konteks sosial, perubahan emosi, kepribadian dan hubungan dengan orang lain.

Masa remaja juga merupakan masa dimana individu berusaha untuk mempersiapkan dirinya agar siap ketika memasuki masa dewasa. Santrock (2014) juga menjelaskan bahwa Kunci dari tugas perkembangan pada masa remaja yaitu mempersiapkan untuk masa dewasa. Bangku sekolah menengah merupakan tempat bagi para remaja untuk mendapatkan pendidikan formal, yang dapat dimanfaatkan sebagai sarana untuk mempersiapkan ke lingkungan yang lebih luas

seperti lingkungan sekolah tinggi atau lingkungan kerja ketika para remaja sudah masuk ke masa dewasa.

Berbagai macam proses yang terlibat selama masa perkembangan dan tugas perkembangan sebagai remaja untuk mempersiapkan masa dewasa tentunya masa remaja merupakan masa yang berat. Menurut Hall masa remaja digambarkan dengan periode kekacauan emosi. Hall menyatakan dengan pandangan *storm and stress* yang dikemukakannya bahwa masa remaja adalah masa yang penuh gejolak yang dihubungkan dengan konflik dan perubahan suasana hati (Santrock, 2014). Konflik yang terjadi pada masa remaja dapat berupa permasalahan kenakalan, permasalahan penyesuaian, keterlibatan dalam narkoba, kegemukan atau obesitas, depresi bahkan hingga bunuh diri.

Berdasarkan data yang didapatkan di lapangan kenakalan yang dilakukan oleh para remaja yang bersekolah dapat ditemui mulai dari tingkatan yang rendah seperti membolos sampai pada tingkatan yang tinggi yaitu kejahatan yang melanggar hukum. Kenakalan remaja pada tingkat yang rendah sering ditemukan oleh penulis diantaranya adalah siswa SMAN yang membolos sekolah dan merokok di warung. Selain itu pada tingkatan kenakalan yang lebih tinggi, berdasarkan berita yang didapatkan setidaknya di Surabaya sendiri terdapat 57 kasus kenakalan pelajar yang masuk termasuk kedalam tindak kriminal dan 4 diantaranya yang menjadi korban (der, 2014). Jumlah pelajar yang terdata melakukan tindak criminal berdasarkan data yang dimiliki oleh Surabaya Children Crisis Centre (SCCC) yang di tulis dalam Koran Jawa Pos edisi minggu 28 desember 2014 terdapat 19 pelajar pada kasus pencurian, 9 pelajar pada kasus

pencurian dengan kekerasan, 8 pelajar pada kasus kekerasan bersama-sama, 8 pelajar pada kasus perkosaan dan pencabulan, 5 pelajar pada kasus penganiayaan, 1 pelajar pada kasus pembunuhan, dan 7 pelajar pada kasus criminal yang lainnya.

Tidak hanya permasalahan kenakalan, remaja juga rentan terhadap perilaku penyalahgunaan narkoba. Menurut Badan Narkotika Nasional (BNN) selain sudah masuk ke pendidikan tinggi, narkoba juga dideteksi telah masuk ke pendidikan tingkat menengah. Data BNN tahun 2011(dalam Kurniawan 2015) menyebutkan sebanyak 2,2 persen masyarakat Indonesia menjadi korban peredaran Narkoba. Sebanyak 4,2 juta warga Indonesia merupakan pecandu Narkoba Badi Supratikno menerangkan kepada detik.com, bahwa memang belum ada data yang pasti tentang angka narkoba yang sudah masuk di sekolah. Namun BNN Surabaya pernah melakukan tes urine kepada 400 siswa dari 10 SMA yang ada di Surabaya. Hasilnya adalah 41 sampel urine siswa positif. Urine tersebut terindikasi mengandung metamphetamine dan ganja. Dari sini dapat dilihat bahwa remaja pada tingkat pendidikan SMA beberapa sudah menggunakan obat-obatan terlarang.

Permasalahan lain pada remaja yang dapat ditemukan adalah obesitas. Obesitas tidak hanya dialami oleh orang dewasa namun juga dapat dialami oleh para remaja. Jumlah remaja yang mengalami obesitas di Indonesia semakin meningkat setiap tahunnya. Data terakhir menurut Dirjen Bina Kesehatan Masyarakat menyatakan bahwa angka obesitas pada remaja usia 15-24 tahun sekitar 19,1% dari total populasi. Ditemukan bahwa angka obesitas pada remaja perempuan sekitar 23,8% dan remaja laki-laki 13,8%.

Terdapat permasalahan lain selain kenakalan, penggunaan narkoba dan obesitas yang dapat terjadi pada masa remaja yaitu permasalahan depresi dan bunuh diri. Jumlah penderita depresi terlihat kian meningkat dari data yang didapatkan Poli kesehatan jiwa RSUD dr Soetomo. Tercatat setidaknya ada 1.050 pasien yang terdeteksi mengalami depresi. 6 bulan pertama di tahun 2012 sudah tercatat terdapat 1.145 pasien yang terdeteksi mengalami depresi (Prastyo, 2012). Jumlah tersebut diperkirakan dapat terus meningkat seiring berjalannya waktu. Tidak ada data spesifik yang menunjukkan jumlah gangguan depresi yang dialami oleh remaja berdasarkan sumber yang didapatkan dari Suarasurabaya.net. Depresi pada masa remaja tidak berbeda jauh dengan depresi pada orang dewasa, namun kecenderungan bunuh diri akibat dari depresi yang dialami remaja lebih tinggi dari pada orang dewasa.(Garber & Flynn, 2001, dalam Davison, Neale, & Kring, 2006). Kasus bunuh diri yang dilakukan oleh anak dibawah umur 16 tahun cukup banyak. Menurut Komnas anak mencatat terdapat 89 kasus anak yang melakukan bunuh diri (Ridho, 2015).

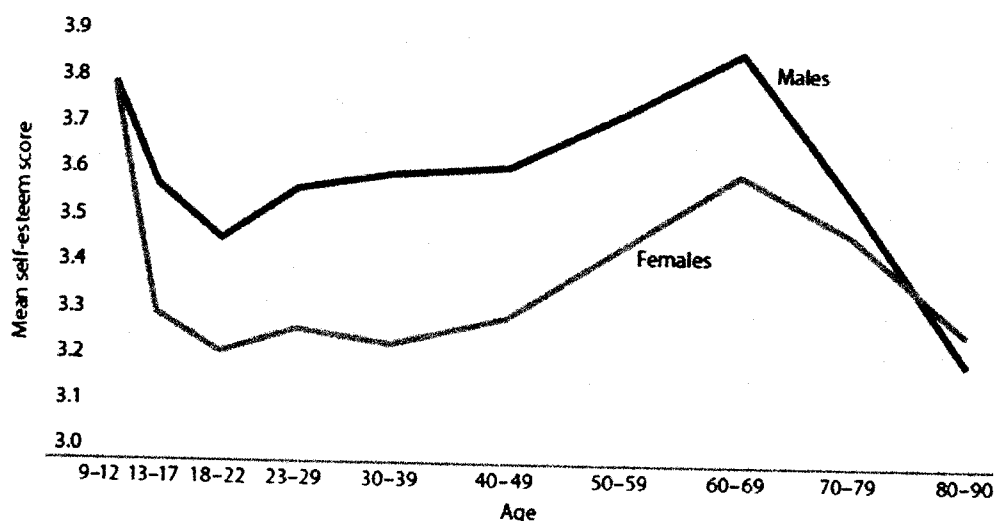
Berdasarkan permasalahan yang telah ditulis diatas terdapat berbagai macam bentuk perilaku yang nampak yaitu perilaku destruktif pada diri sendiri, perilaku destruktif pada orang lain, penyalahgunaan zat, produktifitas pelajar yang menurun, hingga menunjukkan depresi pada remaja. Menurut Carpenito, L.J (1998) dalam Imron (2009) bentuk perilaku yang dapat dilihat pada seseorang yang memiliki self esteem yang rendah berdasarkan data obyektif antara lain adalah Produktivitas menurun, perilaku destruktif pada diri sendiri, perilaku destruktif pada orang lain, penyalahgunaan zat, menarik diri dari hubungan sosial,

ekspresi wajah malu dan rasa bersalah, menunjukkan tanda depresi (sukar tidur dan sukar makan), tampak mudah tersinggung atau mudah marah. Berkaca dari teori yang diungkapkan oleh Carpenito, L.J (1998) penulis berasumsi bahwa permasalahan kenakalan, penggunaan narkoba, obesitas, depresi dan bunuh diri yang ditulis diatas dapat dikatakan merupakan salah satu akibat dari individu dengan self esteem yang rendah.

Secara umum *self-esteem* merupakan salah satu faktor kunci untuk kesuksesan dalam hidup. Hal tersebut dikarenakan *self-esteem* merupakan cara kita memandang diri sendiri, termasuk juga cara memandang kemampuan dan bakat yang dimiliki, pikiran kita akan menjadi tindakan dan tindakan tersebut yang menentukan siapa diri kita dan untuk apa kita hidup (Ticusan, 2012). Perasaan *self-esteem* yang kuat merupakan sumber yang positif dalam memfasilitasi pengalaman keberhasilan yang produktif selain itu juga dapat memberikan perlindungan terhadap masalah kesehatan mental, penyalahgunaan zat dan perilaku antisocial. Sedangkan *self-esteem* yang rendah dapat menimbulkan berbagai permasalahan. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya implikasi dari *self-esteem* yang rendah yaitu depresi, anorexia nervosa, kenakalan, permasalahan penyesuaian, kegemukan dan obesitas bahkan hingga ke perilaku bunuh diri (Kleiman & Riskand, 2012; O'Brien, Bartoletti, & Leitzel, 2013; Ziegler-Hill, 2013 dalam Santrock, 2014).

Self-esteem pada masa remaja cenderung tidak stabil (Kort-Butler, 2011). Ketidak seimbangan *self-esteem* pada masa remaja tersebut dapat dikaitkan dengan perkembangan fisik remaja yang sedang dalam masa pubertas. Salah satu

studi cross sectional yang telah dilakukan dengan menggunakan sampel yang sangat besar dapat menggambarkan tingkat *self-esteem* berdasarkan umur individu (Robins dkk. 2002 dalam Santrock 2014)



Gambar 1.1 Garfik Perkembangan Self-Esteem

Sumber : (Santrock, 2014)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Robin dkk (2002 dalam Santrock 2014) ditemukan bahwa tingkat *self-esteem* cenderung menurun pada masa remaja dan masa usia lanjut. Dengan adanya tingkat *self-esteem* yang rendah pada remaja, para remaja yang memiliki *self-esteem* rendah akan cenderung memiliki permasalahan yang lebih banyak. Banyaknya jumlah kasus permasalahan yang dialami oleh remaja salah satunya dapat disebabkan karena sangat banyak remaja yang memiliki *self-esteem* yang rendah.

Penulis berasumsi bahwa permasalahan yang terjadi pada remaja dapat dihindari ketika para remaja memiliki tingkat *self-esteem* yang tinggi. Keberhasilan dalam meningkatkan *self-esteem* pada remaja merupakan hal yang

sangat penting karena akan dapat berdampak positif pada perkembangan remaja dan dapat menghindarkan remaja dari banyak permasalahan yang timbul akibat dari *self-esteem* yang rendah. Terdapat perbedaan antara *self-esteem* pada remaja yang bersekolah di sekolah swasta dan sekolah negeri. Siswa pada sekolah negeri menunjukkan *self-esteem* yang rendah (Eremie & Chikweru, 2015).

Salah satu aktifitas pada remaja yang dapat berdampak pada *self-esteem* adalah ekstrakurikuler. Penelitian sebelumnya mengatakan bahwa keterlibatan dalam kegiatan ekstrakurikuler secara umum berhubungan dengan *self-esteem* (Broh 2002; Mahoney dkk 2006 dalam Kort-Butler & Hagewen, 2011). Penelitian yang lain ditemukan bahwa keterlibatan remaja pada seluruh domain dari aktifitas olahraga, akademik, dan klub sekolah memiliki penyesuaian psikologi yang lebih baik pada pengukuran *self-esteem*, dan ketahanan psikologis dibandingkan dengan remaja yang tidak terlibat dalam kegiatan. Terdapat hubungan yang positif dari partisipasi dalam ekstrakurikuler terhadap self esteem dan hal tersebut sangat perlu diperhatikan (Coladarci & Cobb, 1996).

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terdapat pada konsep keterlibatan ekstrakurikuler. Mahoney (2000) melihat konsep keterlibatan hanya berbentuk variabel dikotomi yaitu dengan melihat terlibat atau tidak. Denault (2009) melihat konsep keterlibatan dari dua dimensi yaitu intensitas dan keluasan. Farb (2012) melihat konsep keterlibatan dari dimensi intensitas, keluasan dan durasi. Konsep keterlibatan ekstrakurikuler pada penelitian ini mengacu pada studi literatur yang dikemukakan oleh Bohnert (2010) dengan melihat melalui dimensi keluasan, intensitas, durasi, dan *engagement*. Penulis

beranggapan bahwa dengan adanya keterlibatan siswa yang tinggi pada kegiatan ekstrakurikuler akan meningkatkan self esteem sehingga permasalahan pada remaja yang merupakan implikasi dari self esteem yang rendah dapat diatasi. Berdasarkan hal tersebut penulis ingin mengkaji mengenai hubungan keterlibatan ekstrakurikuler dengan *self-esteem* pada siswa SMAN di Surabaya.

1.2 Identifikasi Masalah

Sebagai mana yang telah dikemukakan di atas bahwa perkembangan pada masa remaja merupakan periode yang penuh dengan konflik dan permasalahan. Permasalahan yang terjadi disebabkan karena rendahnya *self-esteem* yang dimiliki oleh remaja. Secara umum dapat dikatakan bahwa tingkat *self-esteem* pada remaja cenderung tidak stabil dan menurun. Sebenarnya *self-esteem* sangat diperlukan pada saat perkembangan remaja. Hal tersebut dikarenakan secara umum *self-esteem* merupakan faktor kunci untuk kesuksesan dalam hidup (Ticusan, 2012)

Meskipun sudah banyak penelitian yang telah dilakukan yang berfokus pada perkembangan masa remaja namun sangat sedikit penelitian yang memperhatikan peran dari aktifitas pada kegiatan ekstrakurikuler yang sebenarnya dapat menjadi pusat pengaturan perkembangan remaja (Feldman & Matjasko, 2005). Aktifitas pada kegiatan ekstrakurikuler diatur agar berfungsi sebagai suatu tempat untuk melakukan tindakan dalam tugas perkembangan remaja baik pada tingkat personal maupun interpersonal (Feldman and Matjasko 2005; Hansen et al. 2003 dalam Kort-Butler & Hagewen, 2011).

Tidak ada definisi yang sama untuk menjelaskan tipe kegiatan ekstrakurikuler. Hal tersebut dikarenakan kegiatan ekstrakurikuler yang diselenggarakan tergantung dari kebijakan sekolah sebagai pihak yang menyelenggarakan kegiatan tersebut. Kegiatan ekstrakurikuler akan berbeda antara satu sekolah dengan sekolah yang lainnya. Sekolah menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler tergantung dari minat dan bakat siswa yang dimilikinya. Oleh karena itu akan sangat sulit mengeneralisasikan penelitian tentang bentuk kegiatan ekstrakurikuler.

Kegiatan ekstrakurikuler di Indonesia masuk kedalam kegiatan diluar jam pelajaran sekolah yang diatur dalam undang-undang. Menurut peraturan menteri pendidikan dan kebudayaan Republik Indonesia nomor 62 pasal 1 ayat 1 tahun 2014 mendefinisikan kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan kurikuler yang dilakukan oleh peserta didik di luar jam belajar kegiatan intrakurikuler dan kegiatan kokurikuler, di bawah bimbingan dan pengawasan satuan pendidikan. Satuan pendidikan yang dimaksud selanjutnya dijelaskan pada peraturan menteri pendidikan dan kebudayaan Republik Indonesia nomor 62 pasal 1 ayat 2 tahun 2014 yang mengatakan bahwa. Satuan pendidikan adalah Sekolah Dasar/Madrasah Ibtidaiyah (SD/MI), Sekolah Menengah Pertama/Madrasah Tsanawiyah (SMP/MTs), Sekolah Menengah Atas/Madrasah Aliyah (SMA/MA), dan Sekolah Menengah Kejuruan/Madrasah Aliyah Kejuruan (SMK/MAK).

Penelitian yang telah dilakukan sebelumnya mengatakan bahwa keterlibatan dalam ekstrakurikuler dapat memeberikan lebih banyak *outcome* yang positif daripada negative (Barber, Eccles,&Stone, 2001; Broh, 2002; Davalos et

al., 1999; Shernoff, Csikszentmihalyi, Shneider, & Shernoff, 2003; Valentine, Cooper, Bettencourt, & DuBois, 2002, yang dikutip dari Shulruf, Tumen & Tolley, 2008) Terdapat banyak aktifitas ekstrakurikuler yang dapat diikuti oleh para siswa sesuai dengan bakat dan minat yang mereka miliki. Sementara itu di Indonesia terdapat kegiatan ekstrakurikuler yang wajib diikuti oleh para siswa. Kegiatan ekstrakurikuler yang wajib diikuti oleh para siswa adalah kegiatan pramuka yang telah diatur dalam peraturan menteri pendidikan dan kebudayaan Republik Indonesia nomor 62 pasal 3 tahun 2014 yang mengatakan bahwa:

- (1) Kegiatan Ekstrakurikuler terdiri atas:
 - a. Kegiatan Ekstrakurikuler Wajib; dan
 - b. Kegiatan Ekstrakurikuler Pilihan.
- (2) Kegiatan Ekstrakurikuler Wajib sebagaimana dimaksud pada ayat (1) huruf a merupakan Kegiatan Ekstrakurikuler yang wajib diselenggarakan oleh satuan pendidikan dan wajib diikuti oleh seluruh peserta didik
- (3) Kegiatan Ekstrakurikuler Wajib sebagaimana dimaksud pada ayat (1) huruf a berbentuk pendidikan kepramukaan.

Siswa dikatakan terlibat dalam kegiatan ekstrakurikuler apa bila ia mengikuti kegiatan tersebut dalam jangka waktu tertentu. Terdapat karakteristik tertentu pada keterlibatan siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler. Dalam penelitian yang telah dilakukan sebelumnya karakteristik dari keterlibatan dilihat melalui identifikasi dari dimensi intensitas, keluasan, dan durasi (Farb & Matjasko, 2012). Dimensi tersebut mendeskripsikan mengenai seberapa sering remaja mengikuti

kegiatan, berapa banyak kegiatan yang di ikuti, dan berapa tahun ia telah mengikuti kegiatan tersebut (Farb & Matjasko, 2012). Penelitian yang lain menyebutkan bahwa dimensi keterlibatan terdiri dari 4 dimensi yaitu keluasan, intensitas, durasi, dan *engagement* (Bohnert, Fredricks, & Randall, 2010).

Setiap dimensi dari keterlibatan memiliki hubungan dengan dampak psikologis. Aspek psikologis yang terkena dampak dari keterlibatan siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler salah satunya adalah self esteem. Keterlibatan siswa pada kegiatan ekstrakurikuler tentunya berbeda antara siswa yang satu dengan siswa yang lainnya. Kualitas keterlibatan pada ekstrakurikuler tersebut dapat menentukan seberapa besar pengaruhnya terhadap individu tersebut. Dengan adanya keterlibatan siswa pada ekstrakurikuler dapat mempengaruhi tingkat self esteem yang dimiliki siswa.

Beberapa penelitian sebelumnya yang terkait dengan keterlibatan ekstrakurikuler lebih menekankan pada salah satu atau dua dimensi yang digunakan dalam penelitian tersebut. Sejauh ini di Indonesia penulis belum menemukan penelitian yang meneliti hubungan dari keempat dimensi keterlibatan yang mengacu pada penelitian Bohnert, Fredricks, & Randall (2010) terhadap *self-esteem* pada remaja. Pertanyaan mengenai hubungan antara keterlibatan ekstrakurikuler dengan *self-esteem* tersebutlah yang ingin dijawab oleh peneliti.

1.3 Batasan Masalah

Pada penelitian ini peneliti akan memberi batasan ruang lingkup dengan tujuan agar kajian yang diteliti lebih terfokus dan terarah. Berikut ini adalah batasan kajian yang telah ditentukan meliputi:

1.3.1 Remaja

Secara kronologis batasan umur yang digunakan pada penelitian ini antara 15-18 tahun yang pada umumnya mengenyam pendidikan di bangku Sekolah Menengah Atas. Menurut Hurlock (dalam Sarwono, 2013) umur kronologis antara 16-18 tahun masuk ke dalam masa remaja akhir. Remaja yang dimaksudkan adalah masa transisi dari tahap perkembangan anak menuju tahap perkembangan dewasa

1.3.2 *Self-esteem*

Penelitian ini menggunakan konsep *self-esteem as worthiness*. Secara umum terdapat 3 jenis definisi mengenai *self-esteem* yaitu *self-esteem as competence*, *self-esteem as worthiness*, dan *self-esteem as competence and worthiness* (Mruk, 2006). Pemilihan konsep *self-esteem* dari Rosenberg berdasarkan pada penelitian sebelumnya yang menguji hubungan keterlibatan ekstrakurikuler dengan *self-esteem* yang dikemukakan oleh Rosenberg.

1.3.3 Keterlibatan kegiatan ekstrakurikuler

Batasan keterlibatan yang digunakan dalam penelitian ini meliputi intensitas, keluasan, durasi, dan *engagement*. Keterlibatan kegiatan ekstrakurikuler merupakan suatu aspek penting yang membedakan keaktifan antar para siswa. Karakteristik dari keterlibatan merujuk pada penelitian yang dilakukan oleh Bohnert, Fredricks, & Randall (2010) yang melihat keterlibatan dalam ekstrakurikuler melalui identifikasi dari dimensi intensitas, keluasan, durasi, dan *engagement*. Dimensi tersebut mendeskripsikan mengenai seberapa sering remaja mengikuti kegiatan, berapa banyak kegiatan yang di ikuti, dan berapa tahun ia telah mengikuti kegiatan tersebut.

1.4 Rumusan Masalah

Pada penelitian ini peneliti mengemukakan rumusan masalah sebagai berikut:

Adakah hubungan antara keterlibatan dalam kegiatan ekstrakurikuler dengan *self-esteem*?

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan keterlibatan pada kegiatan ekstrakurikuler terhadap *self-esteem* pada remaja SMAN di Surabaya.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut :

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini bermanfaat untuk memperjelas penelitian yang telah banyak dilakukan sebelumnya. Peneliti mendapatkan manfaat dari penelitian ini sebagai sarana belajar.

b. Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini secara langsung dapat mengetahui hubungan dari keterlibatan kegiatan ekstrakurikuler dengan *self-esteem* remaja. Hasil penelitian dapat digunakan oleh pihak sekolah sebagai acuan untuk lebih memperhatikan partisipasi siswa pada kegiatan ekstrakurikuler. Pihak lain yang mendapat manfaat dari penelitian ini adalah orang tua. Orang tua dapat memperoleh informasi mengenai pentingnya keterlibatan ekstrakurikuler. Informasi tersebut dapat digunakan orang tua untuk lebih memfasilitasi anak-anak mereka dalam hal keterlibatan kegiatan ekstrakurikuler. Manfaat praktis bagi siswa sendiri adalah dapat mengetahui pentingnya keterlibatan ekstrakurikuler bagi dirinya.