

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Lapisan masyarakat sebagian besar merupakan remaja yang merupakan generasi penerus bangsa. Siswa SMK Tunas Pariwisata merupakan kelompok usia remaja. Masa remaja merupakan tahap perkembangan yang penuh dengan tantangan dan harapan, diwarnai dengan banyak perubahan, dan tahap perkembangan yang paling unik sepanjang rentang kehidupan manusia (Al-Mighwar, 2006). Masa remaja adalah suatu pergantian dari masa kanak-kanak ke masa dewasa (Monks, Knoers, & Haditono, 2004).

Golongan remaja termasuk kalangan yang transisional, dimana masa remaja adalah fenomena sosial yang bersifat tidak tetap lantaran berada pada kisaran usia kanak-kanak dan usia dewasa (Soekanto, 2004). Masa remaja dibagi menjadi dua yaitu masa remaja awal dimana dari umur tiga belas tahun hingga tujuh belas tahun serta masa remaja akhir berkisar tujuh belas sampai dua puluh tahun. Seseorang yang sudah berada pada tahap remaja akhir artinya seseorang tersebut sudah melewati tahap peralihan perkembangan remaja menuju suatu kedewasaan, oleh sebab itu dimasa remaja awal dan remaja akhir memiliki perbedaan (Hurlock, 1998).

Tugas-tugas pertumbuhan remaja menurut (Mappiare, 1982) salah satunya adalah memilah serta menyiapkan diri memikirkan masa depan. Remaja butuh untuk mengetahui apa arti dan peranan ilmu-ilmu pengetahuan yang dipelajari di sekolah dalam hubungannya dengan kehidupan sehari-hari. Hal ini dilakukan remaja untuk mempersiapkan masa depan remaja agar sesuai yang diharapkan. Remaja mulai menaruh minat pada pelajaran-pelajaran dan juga pendidikan tinggi yang kelak bermanfaat dalam minat karir yang diminatinya (Al-Mighwar, 2006).

Pendidikan formal yang dibentuk oleh pemerintah salah satunya yaitu sekolah. Sekolah merupakan sarana tempat menimba ilmu untuk mengembangkan kemampuan dan keterampilan sebagai tabungan dimasa depan. Sekolah selain menjadi tempat menimba ilmu, juga menjadi sarana dalam bersosialisasi sehingga

menjadikan sekolah sebagai rumah kedua bagi para siswa. Sekolah dianggap memiliki kontribusi yang cukup besar dalam pembentukan pola pikir yang mempengaruhi masa depannya nanti. Prestasi yang telah berhasil dicapai dengan baik di sekolah, berarti di kemudian hari akan menjadi lebih baik. Sebaliknya apabila prestasi yang dicapai kurang baik, dapat berakibat masa depan mereka yang kurang baik sehingga kegagalan bersekolah dipandang sebagai awal kegagalan karier hidupnya (Fatimah, 2006).

Remaja Sekolah Menengah Atas mulai memikirkan apa yang akan dilakukannya di masa depan. Hal-hal yang menjadi perhatian di kalangan remaja pada masa kini yaitu pendidikan, pekerjaan, serta hidup berumah tangga, yang didalamnya terdapat sebuah keinginan, tujuan, serta cara untuk mewujudkan keinginan dimasa depan (Marsal, 2008).

Remaja dikalangan Sekolah Menengah Atas seharusnya sudah dapat memikirkan karir di masa depan. Masa depan harus direncanakan, bukan ditunggu. Menghadapi masa depan remaja memerlukan persiapan dalam berbagai tahap, diantaranya melalui pendidikan formal maupun pendidikan nonformal. Sekolah memberikan banyak kontribusi, diantaranya ilmu pengetahuan, keterampilan, nilai serta sikap tertentu. Hal ini dibentuk guna mempersiapkan diri untuk menuju duniakerja (Aziz, 2005).

Minat pada karier di masa depan sering menjadi fokus utama dalam berpikir pada masa remaja. Hal ini diperkuat dari pendapat Thomas (Al-Mighwar, 2006) bahwa pada saat itu, remaja berlatih membedakan antara minat yang lebih disenangi dan minat yang diinginkannya. Aneka ragam jenis pekerjaan yang telah menjadi pilihan, semakin membuat remaja menjadi bingung dan akhirnya menimbulkan rasa takut dan cemas berkepanjangan akibat masa depan yang belum terbayang.

Kecemasan menghadapi masa depan adalah perasaan tidak menyenangkan akibat rasa khawatir dan takut dengan masa yang akan datang dalam mencapai kemandirian ekonomi (Chabibulloh, 2009). Fase peralihan dari masa anak-anak mencapai kedewasaan, menjadikan remaja terutama pelajar Sekolah Menengah Atas mulai memikirkan tentang masa depan mereka dengan matang.

Remaja dalam menghadapi masa depan ada yang merasa cemas dan ada yang tidak. Sebagian remaja yang tidak merasa cemas dikarenakan adanya faktor-faktor yang menunjang untuk memperoleh masa depan yang lebih baik, sedangkan sebagian remaja yang lain merasakan kecemasan menghadapi masa depan karena sebab-sebab tertentu, misalnya seperti seseorang yang sedang sakit pasti mengalami kecemasan.

Sebelum melakukan penelitian, peneliti telah melakukan wawancara pendahuluan pada siswa yang sekolah di SMK Tunas Pariwisata pada tanggal 4 Juni 2018 sebanyak tiga orang, dengan hasil sebagai berikut:

Subjek pertama (R) adalah siswa kelas dua dan pada saat diwawancarai subjek menjawab “saya merasa deg-degan Mbak, bingung kalau ditanya tentang kehidupan saya kelak, lah ayah saya saja hanya seorang pedagang nasi goreng kaki lima yang tidak memiliki banyak kenalan Mbak, mangkannya saya cemas kalau nanti saya hanya mampu bekerja menjadi pedagang nasi goreng kayak ayah saya Mbak. Orang tua saya juga tidak pernah menanyakan gimana saya disekolah Mbak, apalagi saudara saya kalau semisal saya tanya tentang pelajaran yang saya gak ngerti to Mbak, mereka mah cuek”.

Subjek kedua (Y) adalah siswa kelas tiga, “jangan mikirin kelanjutan sekolah aku mbak, lah aku aja kalau ditanya sama orang sekolah dimana gitu, saya aja langsung panas adem gitu kok, ya Mbak ngerti lah kenapa. Akuitu mbak kalau ada orang yang tanya mau nglanjutin kemana nanti kalau lulus, akuselalu merasa deg-degan Mbak, mual dan pusing apabila mengingat sebentar lagi akan lulus ujian. Saya juga merasa cemas Mbak, apabila tidak segera mendapatkan pekerjaan, pasti aku disuruh bantu orang tua aku Mbak jaga warung nasi yang sudah dikelola orang tua saya selama bertahun-tahun Mbak”.

Subjek ketiga (A) juga merupakan siswa kelas tiga. “saya itu menganggap masa depan saya nanti tidak baik Mbak, karena orang tua saya bekerja sebagai sopir angkot. Apabila saya bertemu dengan kerabat terus ditanya saat ini sudah kelas berapa, jantung saya selalu berdegup kencang Mbak, karena secara otomatis mengingatkan saya bahwa sebentar lagi saya akan lulus dan harus mencari pekerjaan Mbak. Saya takut dan cemas apabila harus mengalami hal yang sama seperti orang tua saya nanti Mbak”.

Hasil survey pendahuluan menjelaskan Siswa SMK Tunas Pariwisata mengalami kecemasan dalam menghadapi masa depan dikarenakan para siswa tersebut cenderung lebih banyak jam kosong pada saat jam pelajaran berlangsung,

selain itu sebagian dari mereka menganggap bahwa mereka tidak memiliki masa depan yang cerah dan tidak akan dapat mendapatkan pekerjaan yang sesuai dengan keinginannya dikarenakan dari segi ekonomi orang tua yang tidak mencukupi.

Kecemasan adalah faktor yang menimbulkan munculnya penyakit jiwa. Individu yang mengalami kecemasan merasa rendah diri, merasa tidak berguna, tidak menyenangkan, enggan untuk bersosialisasi, konsentrasi belajar terganggu serta susah tidur. Rasa cemas merupakan wujud perasaan yang tidak menetap yang disertai dengan rasa takut terhadap sesuatu yang tidak jelas. Orientasi masa depan remaja atau siswa juga sering menimbulkan kecemasan tersendiri pada remaja. Hal ini disebabkan tidak sedikit remaja yang gagal karena salah memahami dan menyikapi masa depan, sehingga memunculkan kegelisahannya serta rasa cemas yang diwujudkan dengan rasa amarah di mana individu mengalami adanya tekanan perasaan, ancaman, kekhawatiran, kendala terhadap keinginan pribadi atau perasaan kecewa, rasa kurang puas dan tidak aman.

Kecemasan menghadapi masa depan dipengaruhi oleh banyak faktor. Menurut Sarason (Djiwandono, 2002) faktor yang menimbulkan rasa cemas salah satunya dukungan sosial. Faktor ini meliputi pemberian informasi, pemberian bantuan, tingkah laku maupun materi yang membuat individu merasa diperhatikan, dicintai, serta bernilai. Individu merasa orang lain maupun lingkungan mampu memahami keadaan dirinya. Hal ini akan menumbuhkan ikatan emosional yang semakin dalam dan menumbuhkan keintiman pada individu tersebut terhadap orang lain maupun lingkungannya, karena dukungan sosial merupakan bagian dari keintiman dan hal tersebut mampu mengurangi tingkat kecemasan. Dukungan sosial tersebut akan memberikan ketenangan batin dan perasaan tenang pada siswa yang menghadapi masa depan, sehingga para siswa yang akan menghadapi masa depan dapat menjalani kehidupan di lingkungan baru dengan penuh harapan dan optimisme (Kartini & Kartono, 1980).

Dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, rasa peduli, harga diri, atau dukungan yang ada bagi individu dari individu lain. Dukungan sosial dapat berasal dari berbagai sumber, dapat berasal dari keluarga, pasangan, teman, dan dapat

pula berasal dari komunitas. Menurut Albrecht dan Aldeman dalam Mattson (2011), dukungan sosial merupakan komunikasi verbal dan nonverbal antara pemberi dengan penerima yang bisa mengurangi ketidakpastian mengenai keadaan, keadaan diri-sendiri, orang lain, maupun hubungan, dan fungsinya untuk meningkatkan persepsi terhadap kontrol diri sendiri dalam pengalaman hidup individu.

Sarafino (1998) dukungan sosial mengacu pada kesenangan yang dirasakan, penghargaan akan perhatian, atau membantu individu yang ada disekeliling seseorang sehingga dukungan yang dirasa oleh setiap individu menjadi terasa sangat penting. Dukungan sosial dari keluarga cenderung akan menurunkan kecemasan menghadapi masa depan pada siswa Sekolah Menengah Atas. Individu yang memperoleh dukungan sosial dari sanak saudara yang cenderung cukup tinggi maka akan cenderung mendapatkan dukungan emosional, penghargaan, instrumental, serta informatif dari keluarga. Apabila dukungan emosional tinggi, individu akan merasa mendapatkan dorongan yang cenderung tinggi dari anggota keluarga. Apabila reward seseorang tersebut cenderung bersifat tinggi, maka bisa meninggalkan rasa percaya diri. Apabila individu mendapatkan dukungan instrumental, maka individu cenderung merasa dirinyaa memperoleh fasilitas yang tercukupi dari keluarga, dan apabila seseorang tersebut mendapatkan dukungan informatif yang cenderung tinggi, maka individu tersebut akan merasa memperoleh perhatian.

Siswa yang mengalami kecemasan karena disebabkan oleh kurang mendapatkan dukungan sosial keluarga. Adanya kurangnya dukungan sosial dari keluarga ini membuat para siswa mengalami kecemasan pada saat akan menghadapi masa depan. Hal ini menimbulkan pertanyaan pada peneliti apakah ada hubungan antara dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi masa depan pada SMK Tunas Pariwisata.

Penelitian mengenai kecemasan telah banyak diteliti diantaranya penelitian yang dilakukan oleh (Pratiwi, 2008) dengan judul “Hubungan antara Persepsi terhadap Keterampilan Komunikasi dengan Kecemasan Berbicara di depan Umum pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Unissula Semarang”. Hasil

analisis data yang dilakukan pada mahasiswa Fakultas Psikologi Unissula menunjukkan ada hubungan negatif antara persepsi terhadap keterampilan komunikasi pada mahasiswa maka makin tinggi kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa. Penelitian lain yang dilakukan oleh (Raynadi, Rachmah, & Akbar, 2016) dengan judul “Hubungan Ketangguhan Mental dengan Kecemasan Bertanding pada Atlet Pencak Silat di Banjarbaru”. Hasil analisis data yang dilakukan pada atlet pencak silat di Banjarbaru menunjukkan terdapat hubungan antara ketangguhan mental dengan kecemasan bertanding pada atlet pencak silat, semakin tinggi ketangguhan mental maka semakin rendah kecemasan bertanding, sebaliknya semakin rendah ketangguhan mental maka semakin tinggi kecemasan bertanding pada atlet pencak silat. Penelitian yang dilakukan oleh (Nugraha, Sulistiyono, & Latief, 2017) dengan judul “Hubungan Pengetahuan dengan Kecemasan Orang Tua saat Hospitalisasi Anak Balita, dengan hasil bahwa ada hubungan pengetahuan dengan kecemasan orang tua hospitalisasi anak balita di ruang lanan RSUD Sultan Imanuddin Pangkalan Bun.

Hal yang membedakan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan adalah pada variabel bebas yaitu dukungan sosial keluarga, subjek penelitian pada siswa SMK Tunas Pariwisata .

B. Perumusan Masalah

Rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini adalah :

Apakah ada hubungan antara dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi masa depan pada siswa SMK Tunas Pariwisata.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi masa depan pada siswa SMK Tunas Pariwisata.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis yang dapat diberikan yaitu menambah khasanah ilmu psikologi, khususnya psikologi klinis dan psikologi sosial yang berkaitan dengan kecemasan menghadapi masa depan pada siswa SMK Tunas Pariwisata.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis yang dapat diberikan berupa bahan informasi bagi para siswa untuk mengurangi kecemasannya menghadapi masa depan dengan memperoleh dukungan sosial dari keluarga, apabila penelitian ini dapat terbukti kebenarannya, diharapkan akan bisa menjadi bahan acuan dalam penelitian berikutnya.