

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Masa remaja peralihan dari anak-anak ke orang dewasa dengan menghadapi beragam pertentangan dan persoalan dalam perkembangan. Banyak perubahan pada pubertas seperti perubahan biologis, psikoseksual, kognitif, moral, spiritual, bakat, bahasa dan psikososial (Ali & Asrori, 2010 dalam Afrilyanti, Herlina, & Rahmalia 2015). Masa remaja menurut Rosita, Irmayanti, & Hendriana (2019) yaitu seseorang yang usianya 12-21 tahun, dibagi tiga fase, yaitu remaja awal 12 hingga 15 tahun, usia remaja pertengahan 15-18 tahun, dan usia 18-21 masa remaja akhir. Pubertas merupakan masa ketika masa depan dan penerus bangsa serta cita-cita bangsa ditentukan, oleh karena itu, remaja saat ini membutuhkan perhatian khusus dari orang tua dan lingkungannya (Wong, 2014). Masa remaja menurut *World Health Organization* / (WHO, 2018) merupakan waktu yang penting untuk pengembangan dan mempertahankan kebiasaan sosial dan emosional yang penting untuk kesejahteraan mental. Adapun beberapa populasi remaja menurut dunia dan Indonesia yang telah terdata.

Populasi remaja di dunia sejumlah 16 % atau sekitar 1,2 miliar yang berusia 10-19 tahun (UNICEF, 2019), dan di Indonesia anak remaja sebanyak 24.074.997 (Badan Pusat Statistik, 2018). Anak-anak dan remaja mengalami gangguan mental seperti kecemasan lebih dari 200 juta orang di seluruh dunia (3,6% dari populasi). Sementara itu jumlah gangguan mental seperti penderita depresi sebanyak 322 juta orang di seluruh dunia (4,4% dari populasi) (WHO, 2017). Remaja di Indonesia membutuhkan bimbingan dan perhatian khusus untuk menghindari resiko gangguan mental seperti kecemasan dan depresi, dan banyak perkembangan yang dialami masa remaja yaitu melakukan apa yang mereka inginkan, misalnya ketika mengambil keputusan.

Masa remaja dapat membuat keputusan secara mandiri tanpa campur tangan dari orang tua mereka. Pengambilan keputusan secara mandiri merupakan salah satu ciri atau karakteristik suatu pembentukan identitas diri (Santrock, 2011). Identitas pada masa remaja merupakan masalah penting pada masa remaja. Identitas diri itu penilaian yang berasal dari apa yang seseorang pandang tentang individunya. Seseorang yang mengidentifikasi dirinya yaitu seseorang yang ingin menetapkan siapa dan apa dirinya pada saat ini serta siapakah atau apakah yang seseorang inginkan dimasa depan (Gardner, 2009 dalam Afrilyanti et al., 2015). Indonesian Psychology Journal (2004 dalam Afrilyanti et al., 2015) mengatakan bahwa pembentukan identitas pada masa remaja merupakan masalah yang penting. Identitas diri yaitu gagasan tentang diri anda atau citra diri, menentukan tujuan, nilai, dan kepercayaan seseorang (Afrilyanti, Herlina, & Rahmalia 2015)

Individu yang mencari identitas diri akan mencoba menjadi individu yang mandiri, unik, yang memiliki kesatuan diri batinnya, dan juga akan mencoba menjadi individu yang diakui dan memiliki peran penting yang dapat diterima oleh orang-orang disekitarnya. Pencarian identitas diri menentukan apa yang akan dilakukannya dan ingin dicapai pada dirinya dimasa depan (Aprinastiti, 2015). Hal ini didukung oleh pendapat (Ari, Elizabeth & Pradina, 2014) bahwa seorang remaja yang berperan dalam komunitas, ia akan mencapai rasa *identitiy*, mendapatkan identitasnya. Di sisi lain jika remaja tidak mampu menyelesaikan krisis identitas mereka dengan baik, maka remaja akan memiliki perasaan bingung peran atau masalah identifikasi, yaitu perasaan tidak mampu memainkan karakter dan menentukan diri.

Seorang remaja dengan identitas diri yang positif akan menjadi remaja dengan identitas diri yang baik, memiliki persepsi positif tentang dirinya dan potensinya, memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi dan mempunyai tanggung jawab yang tinggi, berani menghadapi masalah dan menyelesaikannya, mampu mengatur dan menjaga dirinya sendiri, mampu menghadapi kegagalan, memiliki jiwa yang stabil dan mencoba mengubah kesalahan menjadi kesempatan dalam belajar (Sa'id, 2015). Hal ini didukung oleh pendapat Ramadhani dan Putrianti (2014) bahwa efektivitas regresi dalam studi 5,6%, yang berarti bahwa kepercayaan diri 5,6% ditentukan oleh

Triwik Hardiyanti, 2021

Pembentukan Identitas Diri Positif Pada Remaja

UPN Veteran Jakarta, Ilmu Kesehatan, Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id

citra diri dan 94,4% dipengaruhi oleh faktor lain, dapat disimpulkan bahwa semakin besar kepercayaan diri semakin besar citra diri pada remaja akhir, sebaliknya semakin rendah rasa percaya diri dan semakin rendah citra diri pada remaja akhir.

Salah satu faktor yang mempengaruhi perkembangan identitas diri remaja adalah pengaruh faktor lingkungan sosial seperti remaja menggunakan narkoba, putus sekolah, dan faktor dari orang tua (Yessy, 2003 dalam Husni & Eko, 2013). Orang tua merupakan tempat belajar anak untuk yang pertama kali, segala perilaku orang tua terhadap anak akan terinternalisasi hingga remaja bahkan usia lanjut. Sikap orang tua dalam mengasuh anak dapat dilihat dari cara orang tua merespon dan memenuhi kebutuhan anak. Cara orang tua merespon dan memenuhi kebutuhan anak akan membentuk suatu ikatan emosional antara anak dengan orangtua sebagai figur pengasuh. Ikatan emosi yang terbentuk antara anak dan orangtua sebagai figur pengasuh oleh Bowlby disebut sebagai kelekatan atau attachment. Hasil penelitian Wahyuningsih (2009) dalam penelitiannya tentang peran orang tua dalam pembentukan identitas agama (*religious identity formation*) remaja” di Yogyakarta, menyimpulkan bahwa orang tua mempunyai peran yang sangat baik terhadap pembentukan identitas remaja. Salah satu cara yang digunakan orang tua untuk membentuk identitas remaja adalah dengan cara memberikan contoh yang baik kepada anak-anaknya. Berdasarkan hal tersebut terlihat bahwa hubungan kelekatan dengan identitas diri sangat kuat karena anak akan cenderung meniru perbuatan kedua orang tuanya. Hasil Penelitian Widyastuti (2011) juga mengungkapkan bahwa kelekatan terhadap orang tua juga menjadi salah satu faktor dalam membangun identitas diri remaja.

Pembentukan identitas menurut (Fadilah Aulia Rahma & Reza, 2013) tidak dimulai ataupun berakhir pada masa remaja. Pembentukan identitas dimulai dengan munculnya attachment, Perkembangan perasaan diri dan munculnya kemandirian pada masa bayi, dan mencapai fase akhirnya dengan suatu tinjauan dan integrasi kehidupan pada masa lanjut usia. Sedangkan menurut Erikson pembentukan identitas diri yang terjadi pada remaja merupakan salah satu cara untuk mengatasi kegoncangan yang dialami setiap individu dalam melalui masa remajanya.

Triwik Hardiyanti, 2021

Pembentukan Identitas Diri Positif Pada Remaja

UPN Veteran Jakarta, Ilmu Kesehatan, Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id

Kegoncangan yang dialami oleh remaja merupakan bagian dari krisis identitas yang harus dilewati dan diselesaikan. Kesadaran dalam diri akan kepastian jalan yang ditempuh dan keyakinan tentang pengakuan dari orang lain akan diperoleh remaja apabila remaja mampu melewati dan menyelesaikan krisis identitas. Sebaliknya, apabila krisis gagal diatasi dan diakhiri dengan baik maka selama masa dewasanya remaja tersebut akan mengalami keaburan tentang peranan dirinya dalam masyarakat, sehingga pada akhirnya remaja tersebut tidak mengetahui akan menjadi apa dirinya kelak dan siapakah dirinya dalam pengamatan orang lain (Ristianti, 2009 dalam Fadilah Aulia Rahma & Reza, 2013).

Upaya-upaya remaja dalam membentuk identitas diri yang positif yaitu dengan Membuat remaja merasa didukung oleh guru, orang tua, dan teman. Dalam mengembangkan konsep diri yang positif, remaja perlu memperoleh dukungan dari guru, orang tua, dan teman. Dukungan ini dapat diungkapkan melalui dukungan emosional (*emotional support*), misalnya ungkapan empati, perhatian, dan umpan balik. Kemudian membuat remaja merasa bertanggung jawab yaitu dengan berikan peluang kepada remaja untuk membuat keputusan sendiri tentang perilaku mereka sendiri. Membantu remaja menilai dirinya secara realistis, pada saat mengalami kekecewaan, ada kalanya remaja memperkirakannya secara negatif dengan memperhatikan dirinya menjadi orang yang tidak mampu. Salah satu sistem mendukung remaja mengevaluasi dirinya secara nyata ialah dengan membandingkan prestasi remaja pada masa lalu dan prestasi remaja saat ini (Hosnan, 2016).

Upaya lain dengan singkirkan kalimat negatif dari pikiran kita, buanglah suara-suara negatif dari dalam pikiran kita dan jadilah orang yang sangat percaya pada diri sendiri dengan sugesti positif. Ini akan mencegah Anda menjadi orang yang rendah hati dan akan mengembangkan keberanian untuk keluar dan melakukan hal yang benar. Berhenti membandingkan diri anda dengan orang lain , sebagian besar pemikiran tersebut akan membuatmu menilai diri sendiri terhadap orang lain. Mengizinkan pencapaian dan penampilan orang lain untuk menentukan kepercayaan diri kamu adalah perilaku yang buruk. Jika Anda terus-menerus membandingkan diri Anda dengan orang lain yang menurut Anda sempurna, segera hentikan gangguan

Triwik Hardiyanti, 2021

Pembentukan Identitas Diri Positif Pada Remaja

UPN Veteran Jakarta, Ilmu Kesehatan, Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id

pikiran seperti ini dengan berjalan-jalan atau mendengarkan musik favorit Anda. Belajar bersyukur, berlatihlah untuk bersyukur, dengan membuat daftar semua hal yang layak kamu syukuri dalam diri dan hidupmu. Ini akan membuatmu mengingat kualitas diri ketika kamu merasa tidak memilikinya. Cukup memperhatikan dan menghargai tiga hal baik dalam diri anda setiap hari. Upaya selanjutnya yaitu penampilan menjadi lebih menarik, orang-orang merasa lebih percaya diri ketika berpenampilan rapi dan menarik dan ini dapat meningkatkan kebahagiaan dalam hidup. Perubahan kecil seperti warna atau potongan rambut yang bagus, jaket yang pas atau lipstik yang berani dapat memberikan keajaiban bagi kepercayaan diri (Hosnan, 2016).

Peran perawat disini untuk mengetahui tugas-tugas perkembangan mana yang seharusnya dilakukan dan tugas-tugas perkembangan mana yang sudah dilaksanakan. Bila ada satu atau beberapa tugas perkembangan yang belum terlaksana dan hal ini terdeteksi lebih awal, dan akan mudah untuk mencari solusinya (Saam & Wahyuni, 2014). Hal ini sangat penting untuk dicermati, supaya tidak mengalami permasalahan lebih lanjut pada proses perkembangan pada remaja. Terkait dengan penelitian ini, peran perawat yaitu untuk mengetahui apakah remaja sudah mencapai tugas perkembangannya dalam mencapai identitas diri. Jika tugas perkembangan belum terlaksana, maka perawat bisa memberikan solusi sejak dini agar tidak terjadi krisis identitas pada remaja.

Berdasarkan dari penjabaran diatas, maka peneliti tertarik untuk membuat produk yang dapat dijadikan bahan informasi bagi remaja yang sedang membentuk identitas diri yang positif, produk ini berupa buku dengan judul “Pembentukan identitas diri positif pada remaja”.

I.2 Tujuan

I.2.1 Tujuan Umum

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka tujuan penelitian ini melakukan edukasi dengan membuat booklet pembentukan identitas diri positif pada remaja.

Triwik Hardiyanti, 2021

Pembentukan Identitas Diri Positif Pada Remaja

UPN Veteran Jakarta, Ilmu Kesehatan, Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id

I.2.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus pada penelitian ini yaitu :

- a. Membuat booklet Pembentukan indentitas diri positif pada remaja
- b. Mengetahui upaya-upaya remaja dalam pembentukan indentitas diri yang positif

I.3 Target Luaran

Target luaran yang diharapkan dari karya ilmiah akhir ners ini ialah menghasilkan produk berupa booklet dengan sertifikasi HKI dengan judul “Pembentukan indentitas diri positif pada remaja”. Materi yang diberikan akan disajikan dalam bentuk yang sederhana, menarik dan berasal dari sumber-sumber terbaru. Booklet ini didalamnya terdapat beberapa gambar-gambar dan ilustrasi untuk meningkatkan minat pembaca.