

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah suatu fase peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang akan dialami oleh manusia selama rentang kehidupannya. Dikatakan remaja biasanya seseorang akan merasakan berbagai perubahan dalam diri pribadi seseorang baik secara fisik maupun mental.¹ Tanda keremajaan yang akan muncul saat memasuki fase tersebut yang paling umum terjadi pada perubahan fisik adalah ditandai dengan menstruasi pada remaja perempuan dan terjadinya mimpi basah pada remaja² laki-laki. Selain itu ada beberapa tanda dalam memasuki fase remaja yaitu ditandai dalam perubahan secara emosional seperti lebih susah untuk mengontrol sebuah emosinya yang bisa saja meledak-ledak kapanpun dan dimanapun seseorang berada.

Masa remaja itu tidak memiliki posisi yang tepat karena periode tersebut berada di tengah-tengah peralihan antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Yang seringkali banyak ditemukan bahwa seseorang yang berada dalam masa remaja terjebak ke dalam fenomena sosial yang ada namun cenderung negatif. Dalam masa ini biasa disebut dengan masa pencarian jati diri seseorang yang diawali dengan menunjukkan kehadirannya di tengah-tengah masyarakat. Melakukan hal-hal yang akan menjadikan dirinya dianggap ada dalam kehidupan sosial.

Saat ini banyak didapati remaja yang memiliki banyak kegiatan di luar rumah entah itu memiliki kegiatan yang positif guna menunjang kehidupannya

¹ Olivia Hanesari, Skripsi: *"Persepsi Remaja Tentang Penyebab Perilaku Kenakalan Remaja"* (Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma, 2009), Hal. 2.

² Endang Triyanto, *"Pengalaman Masa Pubertas Remaja Studi Fenomenologi Di Purwakerto"*, Jurnal Ners, Vol. 5 No. 2 (Oktober 2010), Hal 147.

yang memiliki kegiatan-kegiatan yang akan berguna bagi masa yang akan datang, ataupun kegiatan yang nantinya akan merugikan masa depan dirinya sendiri.

Dalam tahap pencarian jati diri ini seorang remaja biasanya didapati dari sebuah pergaulan. Pergaulan ini mempertemukan berbagai macam individu yang memiliki latar belakang yang telah dialami dalam peristiwa kehidupannya masing-masing yang akan menyebabkan pengaruh besar bagi seorang remaja yang mencari jati dirinya dikarenakan pengaruh lingkungan tersebut.

Islam adalah agama yang sempurna dan menyeluruh. Semua yang ada dan tertuang di dalam Al-Qur'an maupun Hadis sudah sangat jelas. Hingga permasalahan pada kaum remaja yang negatif ada sebuah penanggulangannya.³ Pergaulan dapat dikatakan baik apabila remaja memilih teman yang baik, yang selalu mengajarkan kebaikan dan mengingatkan hal-hal yang baik bagi diri sendiri.⁴

Dalam bergaul biasanya didapati informasi mengenai kehidupan masing-masing anggota kelompoknya. Pada saat menginjak masa remaja tidak jarang seseorang membandingkan kehidupannya dengan kehidupan orang lain. Yang mengakibatkan seorang remaja tidak bisa menjadi dirinya sendiri ketika ia sedang mencari jati dirinya atau bahkan merasakan *insecurities*. Dan keadaan seperti ini menimbulkan ketidaknyamanan pada diri seseorang yang berlangsung cukup lama.

Perasaan *insecurities* yaitu suatu perasaan tidak nyaman yang membuat pemiliknya memiliki rasa gelisah, cemas, takut, atau bahkan kehilangan kepercayaan pada diri sendiri. Rasa ini muncul secara disadari maupun tidak, saat mendapati kondisi yang mengancam diri seperti rasa bersalah, atau bahkan saat merasakan diri sendiri memiliki kekurangan.

Penyebab rasa *insecurities* biasanya saat seseorang memiliki suatu peristiwa yang kurang baik, atau memiliki pandangan buruk terhadap diri sendiri yang pada

³ Chomaria, Nurul. "Aku Sudah Gede (Ngobrolin Pubertas Buat Remaja Islam)". (Jawa Tengah: Samudra, 2008), Hal. 76.

⁴ Indra Hasbi. "Pendidikan Keluarga Islam Membangun Generasi Unggul". (Yogyakarta: Deepublish, 2017), hal. 152

akhirnya seseorang ingin memiliki segala sesuatu yang sempurna. *insecurities* menghalangi seorang remaja tumbuh, yaitu dikarenakan rasa tidak aman ini akan terus menguasai diri sendiri yang berakibatkan memiliki pandangan bahwa dunia luar sangat tidak adil.

Terlihat banyak didapati remaja masa kini yang memiliki rasa *insecure* yang cukup tinggi saat melihat sesuatu yang tidak ada pada dirinya terdapat pada diri orang lain. Menjadi suatu perbandingan antara diri sendiri dengan orang lain yang mengakibatkan dampak buruk seperti kurangnya rasa syukur atas kenikmatan atau keberkahan yang telah diberikan oleh Allah SWT.

Kurangnya rasa syukur terhadap diri sendiri mengakibatkan perasaan *insecure* semakin meningkat. Merasakan tidak nyaman apabila seseorang memiliki suatu kelebihan dan memandang rendah kepada diri sendiri. Pentingnya selalu bersyukur ialah agar seseorang melihat bahwa kesempurnaan yang ada hanyalah pada Allah SWT dan menjadikan diri selalu memiliki pikiran yang positif.

Dalam hal ini rasa syukur memiliki peran yang sangat penting dalam menolng kecemasan maupun keresahan yang dialami remaja yang sedang mencari jati diri akibat dari perasaan *insecure*. Saat pergaulan maupun lingkungan yang sedang ditempati menunjukkan bahwa terdapat berbagai macam kekurangan yang ada pada diri sendiri. Hal yang harus dilakukan yaitu dengan memiliki rasa syukur terhadap apa yang kita miliki, menerima dengan hati yang lapang segala kekurangan maupun kelebihan yang ada pada diri sendiri. Menjadikan perasaan *insecure* berkurang atau rasa cemas akan diri menjadi berkurang hingga hilang.

Dengan adanya rasa syukur dalam pribadi remaja dapat menjadikan atau menciptakan suatu pandangan yang positif termasuk menerima dengan lapang apa yang ada dalam dirinya. Jika seorang remaja memiliki sifat yang penuh dengan rasa syukur maka ia akan selalu memandang suatu menjadi hal yang positif. Rasa syukur ini lah yang akan membuka jalan pada remaja yang ingin menunjukkan jati dirinya tanpa dihantui rasa *insecure* akan kehidupannya kelak.

Rasa syukur menjadikan pribadi seorang remaja terbuka akan hal-hal yang baru, tidak membatasi dirinya yang takut akan segala kekurangan karena sudah dibentengi dengan rasa syukur yang telah ditanamkan dalam diri. Tidak pula memiliki rasa *insecure* apabila memandang masa yang akan datang padahal ia mengetahui banyaknya kekurangan yang ada pada dirinya. Dengan rasa syukur ini seseorang akan terfokus kepada kelebihan yang dimiliki tidak menyalahkan suatu kekurangan yang ada pada dirinya.

Sebelum melakukan penelitian lebih lanjut, peneliti terlebih dahulu melakukan observasi mengenai kondisi remaja usia 15-18 tahun di kelurahan Antapani Wetan. Dengan hasil observasi yaitu terdapat beberapa remaja usia 15-18 tahun di kelurahan Antapani Wetan ini memiliki *insecurities* dimana mereka merasakan bahwa kurangnya percaya diri dan melihat bahwa orang lain lebih mampu dibanding dirinya, serta mereka lebih sering membandingkan dirinya dengan orang lain, minimnya rasa syukur juga menjadi salah satu *insecurities* terus dirasakan remaja di daerah ini karena dalam diri remaja yang memiliki rasa *insecurities* ini hanya melihat segala kekurangan yang ada dan merasa bahwa diri sendiri memiliki banyak kekurangan di banding yang lainnya. Hal ini menjadi salah satu penyebab utama peneliti mengangkat judul **“Pengaruh Syukur terhadap *Insecurities* yang dialami Remaja Usia 15-18 Tahun di Kelurahan Antapani Wetan”** .

B. Rumusan Masalah

Dengan apa yang telah dijelaskan diatas, maka dari itu peneliti mengambil permasalahan sebagai berikut :

1. Bagaimana gambaran tingkat syukur pada remaja usia 15-18 tahun di Kelurahan Antapani Wetan?
2. Bagaimana gambaran tingkat *insecurities* pada remaja usia 15-18 tahun di Kelurahan Antapani Wetan?
3. Adakah pengaruh antara rasa syukur terhadap *insecurities* yang dialami remaja usia 15-18 tahun di Kelurahan Antapani Wetan?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin penulis capai dalam melakukan sebuah penelitian ini tidak lain adalah untuk mengetahui bagaimana tingkat syukur dan *insecurities* pada remaja usia 15-18 tahun di Kelurahan Antapani Wetan serta apakah adanya sebuah pengaruh antara syukur terhadap *insecurities* yang dialami remaja usia 15-18 tahun di Kelurahan Antapani Wetan?

D. Manfaat Penelitian

a) Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sebuah jawaban dalam masalah pengaruh syukur terhadap *insecurities* yang dialami remaja usia 15-18 tahun di Kelurahan Antapani Wetan.

b) Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi semua pihak, diantaranya:

1) Bagi Remaja

Peneliti berharap dari apa yang telah diteliti ini memiliki manfaat berupa edukasi bagi remaja yaitu sebagai pengetahuan terhadap pengaruh syukur terhadap *insecurities* yang dialami remaja usia (15-18 tahun) di Kelurahan Antapani Wetan.

2) Bagi Penulis

Hasil dari penelitian ini dapat memberikan sebuah pemahaman dan sebuah gambaran mengenai pengaruh syukur terhadap *insecurities* yang dialami remaja usia (15-18 tahun) di Kelurahan Antapani Wetan.

E. Tinjauan Pustaka

Pustaka yang peneliti dijadikan rujukan adalah literatur yang sekiranya dapat menunjang dalam sebuah proses penelitian. Selain itu juga tujuan lainnya adalah untuk mengetahui dari beberapa hasil penelitian yang memiliki kaitan dengan judul skripsi yang peneliti ajukan **“Pengaruh Syukur terhadap *Insecurities* yang**

Dialami Remaja Usia 15-18 Tahun di Kelurahan Antapani Wetan”. Di antaranya adalah:

- 1) Arif Rahmad Hakim (2021) dengan judul *Insecure* Dalam Ilmu Psikologi Ditinjau Dari Perspektif Al-Qur'an dengan menggunakan metode penelitian Pustaka (*library search*). dalam kesimpulan penelitiannya menyebutkan bahwa sebenarnya Al-Qur'an tidak membahas secara terperinci mengenai *insecure*, namun tergambar dalam beberapa kalimat yaitu *khauf* yang diartikan sebagai sebuah keadaan dimana kondisi hati tidak merasakan ketenangan tentang apa yang belum terjadi. Adapun *kazn* yaitu rasa sedih atas peristiwa buruk yang sudah terjadi. Selain itu dalam penelitian ini dijelaskan juga dalam beberapa surat mengenai *insecurities*.
- 2) Ani Latifatul Khiriyah (2019) dengan judul Hubungan Ketidakpuasan Tubuh Dengan Penerimaan Diri Pada Perempuan Usia Dewasa Awal (18-25 Tahun) Di Kota Malang dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Dalam penelitian yang ditulis oleh Ani terlihat bahwa hasil daripada penelitian yang telah diajukan mendapatkan kesimpulan berupa tingkat ketidakpuasan pada tubuh perempuan usia dewasa awal di Kota Malang tergolong sedang, yang artinya bahwa mereka merasakan kepuasan atas tubuhnya sendiri.
- 3) Raudah (2010) dengan judul Pengaruh Syukur dan Pemaafan Terhadap Kebahagiaan pada Santri Pondok Pasantren dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif. tertuang dalam penelitiannya bahwa kebahagiaan yang dimiliki santri itu dipengaruhi oleh rasa syukur.
- 4) Alddino Gusta Rachmadi, Nadhila Safitri, Talitha Quratu Aini (2019) dengan judul Kebersyukuran: Studi Komparasi Perspektif Psikologi Barat dan Psikologi Islam dengan menggunakan metode penelitian studi literatur. Dalam jurnal ini membahas mengenai perbedaan konsep syukur ditinjau dari psikologi barat dan islam. Hasil studi ini memperoleh sebuah nikmatnya memiliki rasa syukur.

- 5) Noer Lailatul Ma'rifah dan Meita Santi Budiani (2012) dengan judul Hubungan Antara *Attachment Style* Dan *Self-Esteem* Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja dengan menggunakan metode korelasional. Dalam jurnal penelitian ini menghasilkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *attachment style* dan *self-esteem*.

Dari kelima tinjauan Pustaka diatas dapat disimpulkan bahwa adanya kesamaan ataupun hubungan dalam melakukan penelitian ini. Dimana melihat pandangan *insecurities* dari segi Al-Qur'an, lalu ketidakpuasan tubuh dengan penerimaan diri pada dewasa awal yang memiliki arti bahwa penerimaan diri berarti menghadirkan rasa syukur yang diterima akan adanya kekurangan yang ada pada tubuh serta pengaruh syukur terhadap kebahagiaan pada santri sangat adanya hubungan dengan penelitian ini dikarenakan menumbuhkan sikap syukur akan menghadirkan kebahagiaan yang dapat dikatakan akan merasakan kehidupan yang memiliki nilai positif dan sangat akan mengurangi perasaan *insecurities* akibat dari perasaan yang tidak aman ataupun gelisah akibat minimnya penerimaan yang ada pada dirinya.

Adapun masing-masing daripada tinjauan Pustaka tersebut yaitu tidak memiliki spesifikasi yang sangat jelas merujuk ke arah penelitian yang bersangkutan ini seperti tinjauan Pustaka yang pertama, peneliti hanya merujuk dan terfokus kepada konteks *insecurities* menurut Al-Qur'an, lalu tinjauan Pustaka yang terakhir peneliti memfokuskan bahwa rasa syukur akan menambah kebahagiaan yang artinya akan mengurangi tingkat *insecurities*.

F. Kerangka Berpikir

Rasa syukur menjadi kerangka dalam pemikiran utama yang nantinya akan memiliki keberpengaruh dalam rasa *insecurities* yang dialami remaja. Karena dengan meningkatkan rasa syukur ini akan menjadikan seorang remaja yang memiliki sikap positif terhadap apa yang menjadi kekurangan dalam dirinya.

Menurut KBBI syukur memiliki makna yaitu sebagai rasa berterima kasih kepada Allah swt tuhan pencipta alam, dan mengungkapkan perasaan lega, senang, dan lain sebagainya.⁵

Menurut Quraish Shihab bahwa syukur memiliki tiga cakupan, di antaranya yaitu:

- a. syukur dengan hati, yaitu memiliki kesadaran penuh atas nikmat yang didapat yaitu dikarenakan sebuah anugerah dan sebuah kemurahan dari illahi rabbi, yang akan menjadikan pribadi memiliki sikap yang dapat menerima dengan segala kerendahan hati tanpa adanya keberatan dalam hati apabila kecilnya nikmat yang diperoleh.
- b. Syukur dengan lidah, adalah adanya sebuah pengakuan dalam diri dengan mengucapkan hamdalah serta memuji-Nya.
- c. Syukur dengan melibatkan perbuatan, dengan menggunakan anugerah yang diberi oleh Allah swt dengan sebaik-baiknya.⁶

Remaja ialah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun yang dimana masa peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa. Dalam masa remaja ini banyak terjadi pertumbuhan dan juga perkembangan fisik maupun mental.⁷

Dalam KBBI kata *insecure* memiliki arti yaitu perasaan tidak aman atau gelisah atau tidak kuat. *Insecure* merupakan keadaan psikologis yang dimana munculnya rasa cemas ataupun takut akan sesuatu. Biasanya yang menjadi penyebab *insecure* adalah trauma psikis, atau suatu perasaan bersalah, malu, maupun perasaan rendah diri yang biasanya terjadi akibat menyadari akan kekurangan yang ada dalam diri. *Insecure* adalah kondisi dimana perasaan yang tidak nyaman dimana seseorang yang mengalaminya merasakan ketidak

⁵ Amir An-Najar, "Psikoterapi Sufistik dalam Kehidupan Modern, Terj. Ija Suntana", (Bandung: PT. Mizan Publika, 2004), Hal. 90

⁶ Muhammad Quraish Shihab, "Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Maudhu'i atas Pelbagai Persoalan Umat", (Bandung: Mizan, 1996), Hal. 217-220

⁷ Amita Diananda, "Psikologi Remaja dan Permasalahannya", Jurnal ISTIGHNA, Vol. 1 No. 1, (Januari: 2018), Hal. 117.

percayaan pada diri sendiri, memiliki rasa takut atau cemas yang biasa disebabkan oleh ketidakpuasan akan diri sendiri.

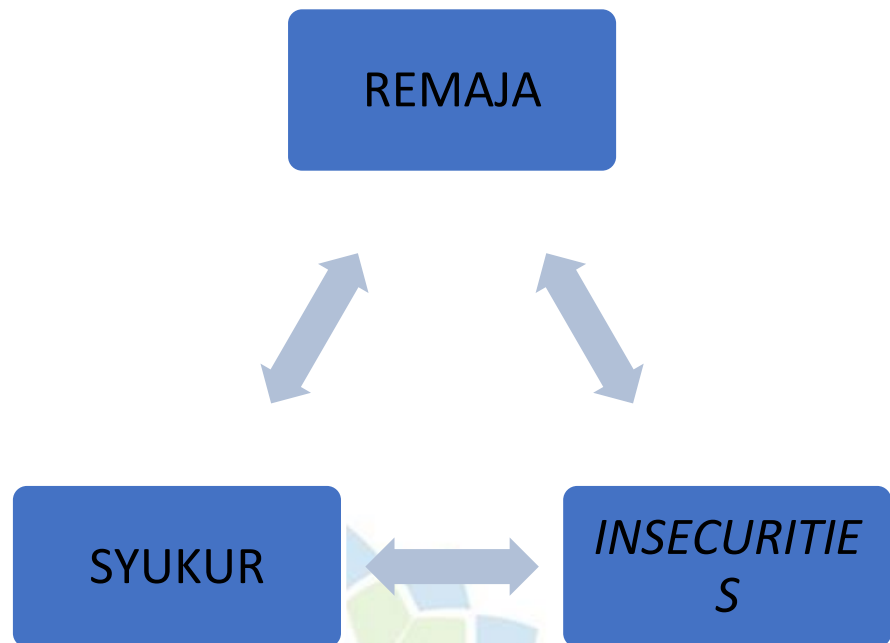
Sebuah penelitian Vornanen, Torronen, dan Niemela mengupayakan untuk mencari bagaimana beberapa remaja di Finlandia mengartikan perasaan *insecurities*. Penelitian tersebut menghasilkan tiga definisi perasaan *insecure* sebagai berikut:

- a. *Inner circle* merupakan suatu perasaan *insecure* yang memiliki kaitannya dengan diri sendiri yaitu perasaan akan rendahnya rasa percaya diri, ketakutan, maupun kecemasan akan sesuatu.
- b. *Social circle* merupakan suatu perasaan *insecure* dengan interaksi sosial yaitu merasakan kesepian, tidak mendapatkan dukungan, maupun *bullying*.
- c. *Outer circle* merupakan suatu perasaan *insecure* dengan realita kehidupan seperti cemas akan masa depan, kejahatan, dan lain sebagainya.

Al-fauzan mengatakan bahwa syukur merupakan sebuah pengakuan atas kenikmatan yang telah diberikan oleh Allah SWT dan mempercayai bahwa Allah SWT merupakan bentuk dari segala pemberi. Ia tunduk, cinta, ridho dengan menggunakan kenikmatan yang didupakannya untuk berbagai hal yang disukai oleh Allah SWT dalam mewujudkan ketaatannya sebagai hamba kepada Tuhan-Nya. Lalu, syukur juga diartikan sebagai suatu emosi dalam perasaan yang menyenangkan mengenai manfaat diterima.

Dari pemikiran diatas dapat disimpulkan sebuah kerangka berfikir yaitu keberpengaruhan rasa syukur pada *insecurities* yang dialami pada remaja. Apakah rasa syukur dapat menurunkan kadar *insecurities* yang dialami remaja atau bahkan bisa hingga menghilangkan perasaan *insecurities* yang dialami remaja itu sendiri.

Gambar 1. 1 Kerangka Berpikir



G. Hipotesis Penelitian

Bersumber pada pemaparan di atas muncul lah sebuah hipotesis yang akan diajukan dalam sebuah penelitian ini yaitu :

Ha : adanya Pengaruh antara syukur terhadap *insecurities* yang dialami remaja.

H0 : tidak adanya Pengaruh antara syukur terhadap *insecurities* yang dialami remaja.

Dalam mengetahui bagaimana adanya pengaruh antara variabel satu dan lainnya terlihat dalam ketentuan berikut ini:

Jika nilai $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$, maka H0 ditolak, dan Ha diterima, artinya variabel independen berpengaruh pada variabel dependen.

Jika nilai $t\text{-hitung} < t\text{-tabel}$, maka Ha ditolak, dan H0 diterima, artinya variabel independen tidak memiliki keberpengaruhan pada variabel dependen.

H. Sistematika Penulisan

Dalam sistematika menyusun skripsi ini perlu diketahui bahwa perlu adanya susunan yang sistematis untuk memperoleh suatu penelitian yang terstruktur dan

memiliki konsistensi dalam pembahasannya. Berikut merupakan sistematika dalam penulisan skripsi :

BAB I : PENDAHULUAN

Dalam pendahuluan terdapat latar belakang dari masalah yang akan diteliti, rumusan masalah, tujuan daripada penelitian itu sendiri, manfaat dari penelitian ini, sebuah tinjauan pustaka yang merupakan sebuah penelitian terdahulu, kerangka berpikir dan sistematika penulisan.

BAB II : TINJAUAN PUSTAKA

Dalam tinjauan pustaka akan dipaparkan beberapa teori-teori yang berkaitan dengan judul penelitian itu sendiri guna menjadi sebuah penunjang dalam pembahasan masalah yang akan diteliti.

BAB III : METODOLOGI PENELITIAN

Metodologi penelitian menjelaskan cara atau langkah apa yang akan digunakan maupun diambil dalam menyusun sebuah penelitian. Selain menjelaskan metode apa yang diambil metodologi diisi dengan sasaran dan lokasi penelitian akan dilakukan, sumber data, teknik pengumpulan suatu data dan analisis data.

BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN

Disini peneliti akan memaparkan apa dari hasil penelitian yang telah dibuat sebelumnya. Terkait dengan deskripsi sebuah objek peneliti, menguraikan isi dari penelitian,

BAB V : PENUTUP

: Penutup akan menjelaskan kesimpulan dari apa yang telah diteliti.