

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Fase remaja merupakan masa transisi atau masa peralihan dari fase kanak-kanak menuju kemasa dewasa. Menurut Piaget (dalam Moh Ali & Moh Asrori, 2016:9) remaja adalah usia di mana individu menjadi bagian dari masyarakat dewasa; usia di mana anak tidak lagi merasa lebih rendah daripada orang yang lebih tua, melainkan setara, atau setidaknya sejajar. Seperti yang ditunjukkan, selama masa remaja awal, orang akan melalui masa transisi dan bingung dengan perubahan fisik yang terjadi pada tubuh mereka sendiri. Remaja awal mengembangkan pemikiran-pemikiran baru dan tidak mampu mengendalikan emosi mereka sendiri, sehingga membuat mereka merasa ragu-ragu, labil, tidak puas, minder, dan mudah kecewa. Selain pengendalian diri yang sulit, pola kognitif dan kesadaran remaja awal akan lingkungannya mulai muncul. Sarwono (2012). Pada fase ini pun menunjukkan bahwa remaja lebih rentan terpengaruh oleh teman sebaya, yang mengarah pada rasa percaya diri yang berlebihan dan mengabaikan bimbingan orang tua (Salsabila, 2023).

Saat remaja, para ahli menganggapnya sebagai masa yang rawan. Ini bahkan disebut sebagai periode "badai dan tekanan" oleh G. Stanley Hall. Hal ini disebabkan oleh keinginan kuat remaja untuk menemukan identitas dan jati diri mereka sendiri (Miftahul Jannah, 2016). Mereka sangat ingin tahu dan menyukai petualangan dan tantangan. Mereka juga lebih berani mengambil risiko atas pilihan mereka tanpa berpikir panjang tentangnya.

Masa remaja dimulai pada usia dua belas hingga dua puluh satu tahun dan merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Kemampuan untuk menerima dan mempelajari peran sosial sebagai laki-laki dan perempuan yang diakui oleh masyarakat serta menerima kondisi fisik mereka dan menggunakannya secara efektif merupakan ciri khas masa remaja (Desmita, 2014).

Menurut Sarwono (2012) terdapat ciri ciri psikologis seseorang dikatakan remaja yaitu pemekaran diri sendiri (extention of the self) menunjukkan berkurangnya perasaan egoisme dan mulai mampu mencipatakan perasaan simpati terhadap orang lain, kemampuan untuk melihat diri sendiri secara objektif (self objectivication) hal ini ditandai sudah mulai memiliki wawasan tentang dirinya atau sudah mulai mengenali sifat sifat dalam dirinya, memiliki falsafah hidup tertentu (unifying philosophy of life) ia sudah bisa menempatkan diri dimana ia berada contohnya pada Masyarakat. Untuk dapat mencapai kedewasaan secara psikologis tentunya perlu bebrapa dorongan salah satunya adalah motivasi orang tua.

Masa sekolah menengah juga merupakan masa adaptasi dan tugas perkembangan menuju kedewasaan dan identitas diri remaja (Widodo dkk., 2020). Oleh karena itu, penerimaan diri dan evaluasi diri siswa berkontribusi pada kesehatan psikologis dan kesejahteraan mereka; keduanya merupakan komponen penting dari kemampuan menghadapi masalah, keterampilan emosional, dan interaksi sosial mereka (Rankanen, 2016).

Melalui Observasi awal yang telah dilakukan penulis pada bulan Mei 2024 siswa/i di SMK Negeri Kasomalang, siswa/i baru atau kelas 10 masih belum terlalu mengetahui tujuan mereka kedepannya hal ini disebabkan karena kurangnya siswa dalam mengetahui identitas diri mereka sendiri baik itu kekurangan maupun kelebihan yang mereka miliki. Selain itu, peran orang tua pun sangat mempengaruhi siswa dalam proses menerima diri mereka, banyak diantara mereka tidak memiliki peran orang tua yang baik sehingga akhirnya lebih fokus pada kekurangan yang mereka miliki.

Penerimaan diri *atau Self-acceptance* akan membantu remaja menyadari dan menerima kekuatan dan kelemahan mereka (Jayanti, 2017). Menurut Jersild (Gamayanti, 2016), individu dengan penerimaan diri yang baik adalah mereka yang memiliki apresiasi realistis terhadap kekuatan mereka sendiri, memiliki kepercayaan pada prinsip dan standar mereka sendiri tanpa terpengaruh oleh pendapat orang lain, dapat melihat diri mereka secara realistis tanpa merasa malu atas keadaan mereka saat ini, mengenali kekuatan mereka dan menggunakannya

dengan bebas; memiliki rasa tanggung jawab dalam diri mereka, menerima potensi mereka tanpa menyalahkan diri sendiri atas hal-hal yang berada di luar kendali mereka, tidak melihat diri mereka sebagai orang yang harus dikendalikan oleh kemarahan, ketakutan, atau menjadi tidak berarti karena keinginan mereka, tetapi bebas dari rasa takut melakukan kesalahan, dan merasa memiliki hak untuk memiliki ide, keinginan, dan harapan mereka sendiri.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Refandi dkk, menunjukkan bahwa Tingkat self acceptance siswa SMA menunjukkan angka rendah yaitu sekitar 45.4% atau sekitar 114 siswa dari 251 orang di SMA Pembangunan laboratorium UNP hal ini disebabkan oleh adanya sosial media, karena mengakses berbagai informasi terkini tentang perilaku orang lain di media sosial dapat menyebabkan penurunan penerimaan diri di kalangan siswa. Sebagaimana dinyatakan oleh Piechowski bahwa bahwa remaja saat ini dibesarkan dalam pergaulan dan pembelajaran yang sangat dipengaruhi oleh kemajuan teknologi, seperti kurangnya pemahaman akan empati dan penilaian diri, sehingga konsep diri remaja lebih rentan mengalami distorsi dibandingkan dengan masa lalu. Individu berusaha untuk menjadi tipe orang yang dipandang sebagai diri yang ideal, karena diri yang ideal/sempurna dapat membantu diri dalam mencapai potensi dan mencapai aktualisasi diri. Ketika seorang remaja memiliki penerimaan diri yang baik, ia dapat menerima kualitas dan kelemahannya selain itu, remaja dapat benar-benar berdamai dengan diri mereka sendiri dan menerima kritik dan ide dari orang lain. (Tohiroh, 2023)

Calhoun dan Acocella menjelaskan bahwa *self-acceptance* berhubungan dengan konsep diri yang positif. Dengan konsep diri yang positif, seseorang dapat menerima dan memahami fakta-fakta yang berbeda dengan dirinya. *Self-acceptance* merupakan sikap positif terhadap diri sendiri, dapat menerima keadaan dirinya secara tenang, serta memiliki kesadaran penuh tentang siapa dan apa dirinya. Selain itu, *self-acceptance* juga berarti dapat menghargai diri sendiri dan orang lain, serta dapat menerima keadaan emosional diri tanpa mengganggu orang lain.

*Self-acceptance* adalah aspek penting dalam kesehatan mental, karena membantu individu untuk merasa lebih tenang, percaya diri, dan resilient dalam menghadapi situasi kehidupan yang beragam. Hal ini juga berkaitan dengan kemampuan untuk menerima kekurangan dan kesalahan diri sendiri, serta belajar dari pengalaman tersebut untuk tumbuh dan berkembang lebih baik..

*Self-acceptance* merupakan hasil dari kecintaan seorang hamba kepada Allah, Tuhan Yang Maha Pengasih, yang telah memberikan anugerah berupa kekurangan dan kelebihan fisik dan psikis kepada hambanya, sehingga manusia dapat mencintai dirinya sendiri dan memberikan cinta berupa kasih sayang kepada setiap makhluk ciptaan-Nya. Dalam kajian keislaman, penerimaan diri atau *self-acceptance* merupakan bagian dari kajian tentang *qana'ah*, yang berarti menerima dan merasa cukup dengan rezeki yang diberikan oleh Allah SWT kepada umatnya. (Selfira. Ayu, 2021).

Konsep *qana'ah* ini tidak hanya berhenti pada *self-acceptance* saja, tetapi juga mencakup sikap ridha dan puas dengan apa yang telah Allah berikan. Menurut Moh. Saifulloh AlAzis, *qana'ah* ialah sikap ridha dengan sedikitnya pemberian Allah. *Qanaah* juga diartikan sebagai perasaan puas individu dengan apa yang sudah dimilikinya. Selain itu, menurut Al Faruq, terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi *qana'ah* (Andriani, 2019), yaitu kekuatan iman, keyakinan akan ketentuan rizki, mentadaburi ayat Al-Qur'an, memiliki pengetahuan tentang rizki, serta cara pandang yang luas tentang konsep kefakiran dan kekayaan. (Andriani, 2019). Oleh karena itu, *qana'ah* bukan hanya tentang pasrah, tetapi juga tentang memahami dan mensyukuri setiap anugerah yang diterima.

Aspek *qana'ah* antara lain menerima apa adanya, meminta kepada Allah tambahan yang pantas, dan berusaha, menerima dengan sabar akan ketentuan Tuhan, bertawakal kepada Allah, dan tidak tertarik oleh tipu daya manusia (Hamka,2015). Terdapat fungsi *qana'ah* terbagi menjadi dua yaitu sebagai penyeimbang hidup dan sebagai penggerak hidup(Yumansah, 2008). *Qana'ah* dapat dilakukan oleh siapa saja yang menganggap bahwa segala kejadian dalam hidup adalah kehendak Allah. Penerimaan tidak berarti menyerah sepenuhnya.

Individu yang berusaha melaksanakan qona'ah akan berusaha sekuat tenaga dan menyerahkan hasilnya kepada Allah.

Mengetahui dan memahami nilai nilai *Qana'ah* dapat membantu siswa meningkatkan *Self-Acceptance* mereka. Oleh karena itu, penulis bermaksud untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai sikap *Qana'ah* terhadap *Self Acceptance* siswa. Sehingga penulis akan melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Sikap *Qana'h* dengan *Self-acceptance* Pada Remaja (Studi Deskriptif Siswa Kelas X SMK Negeri Kasomlang)" dari topik tersebut.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang sudah di kemukakan, maka rumusan masalah yang akan dikaji pada penelitian ini ialah :

1. Bagaimana gambaran sikap *qana'ah* pada remaja SMK Negeri Kasomalang?
2. Bagaiman gambaran *self-acceptance* pada remaja SMK Negeri Kasomalang ?
3. Apakah ada hubungan sikap *qana'ah* dengan *self-acceptance* pada remaja SMK Negeri Kasomalang ?

## **C. Tujuan Penelitian**

Dari penjelasan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini ialah:

1. Untuk mengetahui gambaran keadaan sikap *qana'ah* oleh remaja SMK Negeri Kasomalang
2. Untuk mengetahui gambaran keadaan *self-acceptance* pada remaja SMK Negeri Kasomalang
3. Untuk mengetahui hubungan nilai – nilai *qana'ah* dan *self-acceptance* pada remaja SMK Negeri Kasomalang

## **D. Manfaat penelitian**

1. Manfaat Teoritis

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam bidang keilmuan tasawuf dan psikoterapi.

## 2. Manfaat praktis,

### a. Bagi Peneliti

Dari penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan mengenai nilai – nilai *qana'ah* dan relevansinya dengan *Self-acceptance* pada remaja

### b. Bagi Peneliti lain

Sebagai refrensi tambahan untuk mahasiswa program tasawuf dan psikoterapi dan calon peneliti lain dalam melakukan penelitian yang relevan.

## **E. Kerangka Berpikir**

Suatu tahap penting dalam perkembangan hidup manusia adalah masa remaja. Masa remaja ditandai dengan transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa dalam diri individu. Pada fase ini, individu belum mencapai posisi sebagai orang dewasa, tetapi mereka juga telah melepaskan identifikasi mereka sebagai anak-anak. Fase ini ditandai dengan ciri-ciri masa transisi atau peralihan. Masa remaja ditandai dengan tiga tahap yang berbeda: remaja awal (12-15 tahun), remaja pertengahan (15-18 tahun), dan remaja akhir (18-21 tahun). Masa remaja biasanya terjadi antara usia 12 dan 21 tahun, dengan setiap tahap memiliki karakteristik khusus (Monks & Knoers, 2006).

Menurut Hurlock, masa remaja adalah masa peralihan dimana seseorang meninggalkan masa kanak-kanak yang rapuh dan penuh ketergantungan, namun belum mencapai usia yang cukup dewasa dan penuh dengan tanggung jawab, baik terhadap diri sendiri maupun orang lain. Pada awal masa remaja, sejumlah masalah mulai muncul, salah satunya pada proses pencarian jati diri dimana terkadang sulit untuk menerima diri dan memandangkan hidupnya dengan orang lain sehingga tidak pernah merasa cukup.

H. Eriskon mengungkapkan bahwa fase remaja adalah masa di mana terbentuknya suatu perasaan baru mengenai identitas. Identitas disini

mencakup cara hidup pribadi yang dialami sendiri dan sulit dikenal oleh orang lain. Perkembangan remaja ditandai dengan perubahan tingkah laku, ketidakseimbangan emosional dan ketidakstabilan dalam banyak hal.

Menurut Hurlock (Gamayanti 2016) mendefinisikan *self acceptance* sebagai “*the degree to which an individual having considered his personal characteristics, is able and willing to live with them*” yaitu derajat dimana seseorang telah mem-pertimbangkan karakteristik personalnya, merasa mampu serta bersedia hidup dengan karakteristiknya tersebut. Menurut Hurlock (Haryadi 2013), makna *self-acceptance* dapat dibagi menjadi dua komponen yang berbeda: komponen pertama adalah penyesuaian diri, dan komponen kedua adalah penyesuaian sosial. Karena Allah menciptakan manusia tanpa kekurangan, maka penting bagi individu untuk terlibat dalam praktik penerimaan diri untuk membawa ketenangan dalam kehidupan sehari-hari. Sangatlah penting untuk menerima semua karakteristik, kelemahan, dan kekuatan seseorang secara seimbang agar dapat berhasil dalam mengatasi kekurangannya..

Kubler Ross (2005) pun menyatakan bahwa penerimaan terjadi ketika seseorang mampu menghadapi kenyataan dan bukannya menyerah. Mengenali dan menerima diri sendiri merupakan hal yang sangat penting karena hal ini memudahkan remaja untuk berintegrasi ke dalam komunitas yang lebih besar. Namun demikian, tampaknya mustahil untuk mencapai tingkat penerimaan diri yang tinggi. Tingkat penerimaan diri seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain pemahaman diri, harapan yang realistis, tidak adanya hambatan dari lingkungan, perilaku sosial yang mendukung (dukungan sosial), tidak adanya tekanan emosional yang berat, pengaruh keberhasilan yang dialami, baik secara kualitatif maupun kuantitatif, identifikasi dengan orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik, cara pandang seseorang terhadap dirinya sendiri (konsep diri), dan kualitas pendidikan yang diterima pada masa kanak-kanak (Hurlock, 1978).

Dalam *self-acceptance* memiliki berbagai aspek diantaranya: 1. Memiliki persepsi mengenai diri dan sikap terhadap penampilan 2. Memiliki

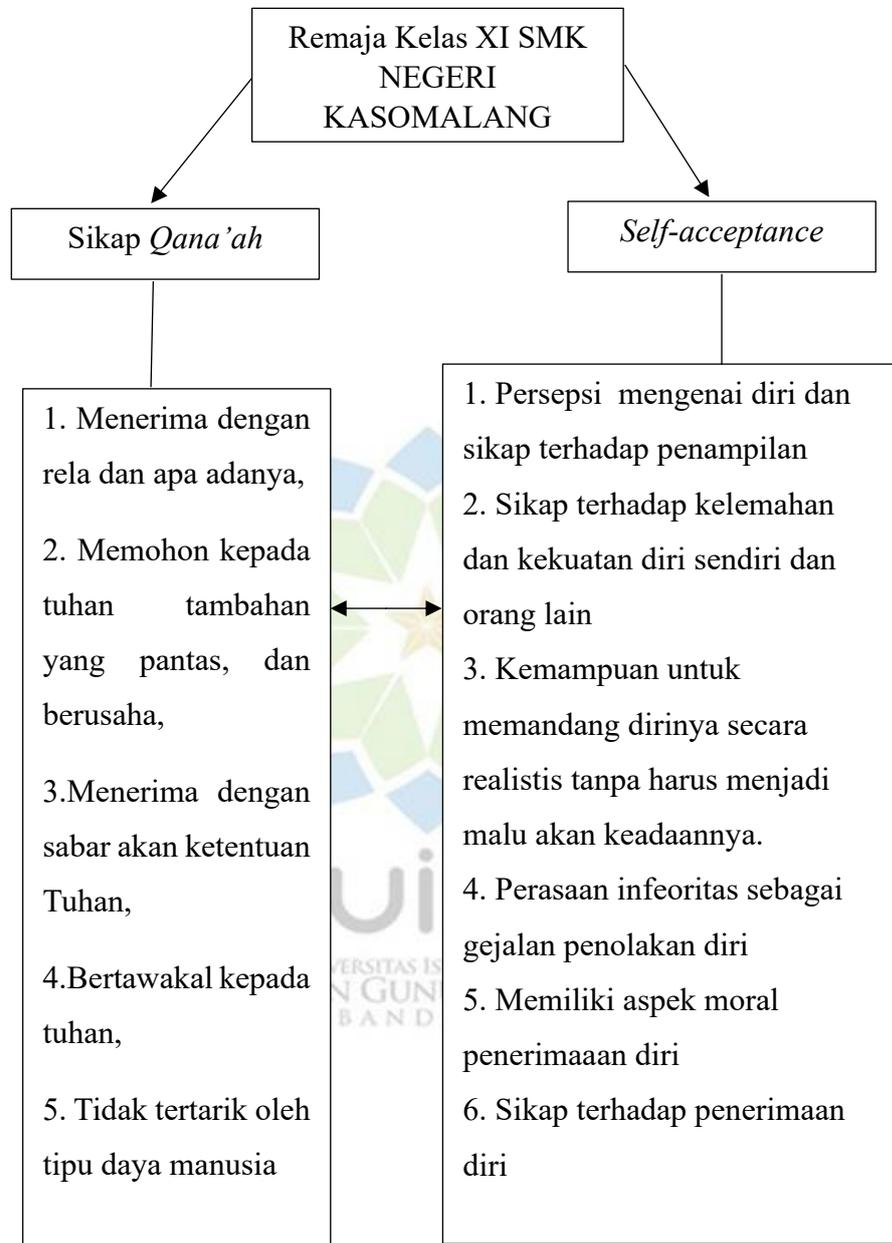
sikap terhadap kelemahan dan kekuatan diri sendiri dan orang lain 3. Memiliki kemampuan untuk memandang dirinya secara realistis tanpa harus menjadi malu akan keadaannya. 4. Perasaan infeoritas sebagai gejala penolakan diri 5. Memiliki aspek moral penerimaan diri 6. Sikap terhadap penerimaan diri (Jersild, 1963)

Dalam kajian keislam, Penerimaan diri atau *self-acceptance* merupakan bagian dari kajian *qana'ah*. Menurut Barmawi (Sumiah,2022) *Qana'ah* merupakan dasar dalam menjalani kehidupan, membangkitkan semangat untuk bekerja dalam mencari rizki, dan menumbuhkan kesungguhan hidup, sehingga seseorang dapat berikhtiar dan tawakal atas takdir yang didapatkan sebagai hasil dari setiap usaha yang telah dilakukan.

Menurut Hamka (2015) *Qana'ah* ini mengandung 5 perkara yakni, menerima dengan rela dan apa adanya, memohon kepada tuhan tambahan yang pantas, dan berusaha, menerima dengan sabar akan ketentuan Tuhan, bertawakal kepada tuhan, dan tidak tertarik oleh tipu daya manusia. Mereka yang mampu menerapkan *qana'ah* dalam hidupnya akan menerima apa yang ada dengan menanggalkan semua terkait hawa nafsu dan segala sesuatu yang boros, seperti makanan, pakaian, atau tempat tinggal.



Gambar 1. 1 Kerangka Berpikir



## F. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap permasalahan penelitian. Kebenaran teori harus dibuktikan melalui fakta-fakta dan data-data yang dikumpulkan. (Sugiyono, 2019: 105). Ada dua jenis hipotesis dalam penelitian, yang pertama yaitu Hipotesis Nol ( $H_0$ ) dan Hipotesis Penelitian ( $H_a$ ).  $H_0$  adalah

hipotesis yang menyatakan kesalahan atau ketidakbenaran dari suatu gejala atau fenomena yang ada. Sedangkan  $H_a$  adalah anggapan atau hipotesis dari peneliti dalam sebuah gejala atau fenomena yang sedang diteliti. Hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1.  $H_0$  : "Tidak terdapat hubungan antara sikap *qanaah* dengan *self-acceptance* pada remaja kelas XI SMK Negeri Kasomalang"

2.  $H_a$  : "Terdapat Hubungan antara sikap *qanaah* dengan *self-acceptance* pada remaja kelas XI SMK Negeri Kasomalang"

## G. Hasil Penelitian Terdahulu

Pada saat melakukan penelitian, sangat penting untuk membedakan antara penelitian yang akan dilakukan dengan penelitian yang telah selesai dilakukan. Hal ini akan menjadi pembeda antara penelitian yang akan dilakukan dengan penelitian yang telah dilakukan. Terdapat beberapa penelitian yang berkaitan dengan "Hubungan Sikap *Qanna'ah* dengan *Self-acceptance* Remaja", berikut diantaranya:

1. Jurnal : Refnadi dkk, *Self-acceptance of High School Students in Indonesia*. JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia). Universitas Negeri Padang, 2021. Tujuan dari penelitian ini untuk mendeskripsikan kondisi penerimaan diri siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) di Indonesia berdasarkan gender, etnis, jumlah akun media social, dan jumlah pertemanan di sosial media. Refnadi dkk menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Hasil penelitian yang dilakukan Refnadi dkk menunjukkan dominasi hasil kondisi penerimaan diri yang rendah pada siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) di Indonesia. Perbedaan pada penelitian ini dengan skripsi peneliti ada pada Variable X, Variable Y, dan Metode Pengujian, dengan Metode penelitian kuantitatif digunakan untuk mengevaluasi korelasi antara variabel X dan Variable Y dalam penelitian ini. Variabel X dalam penelitian ini adalah sikap *Qana'ah* pada siswa SMK Negeri 1 Kasomalang kelas 11, sedangkan variabel Y adalah sikap

penerimaan diri (*self-acceptance*) pada siswa SMK Negeri 1 Kasomalang kelas 11. Tempat penelitian ini juga berbeda, yaitu SMK Negeri 1 Kasomalang.

2. Skripsi : Sumiah, Penerapan Nilai Qona'ah Untuk Membangun Penerimaan Diri Anak Remaja Yang Tinggal di Panti Asuhan Ya Fatimah Tayu Pati. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, 2022. Fokus penelitian ini adalah bagaimana nilai qona'ah diterapkan dan bagaimana remaja yang tinggal di Panti Asuhan Ya Fatimah menerimanya. Sumiah menggunakan metode penelitian kualitatif dimana jenis penelitiannya adalah penelitian lapangan (field research). Perbedaan antara penelitian ini dengan skripsi peneliti terletak pada perbedaan metode penelitian. Peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan mencari hubungan/korelasi antara variabel X dengan variabel Y. Tempatnya pun berbeda, peneliti melakukan penelitian pada SMK Negeri 1 Kasomalang.
3. Skripsi : Muhammad Mutawakkil Alallah K, *Self-acceptance* Dalam Al-Qur'an dan Relevansinya Terhadap *Qana'ah* Progresif. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, 2022. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam dan aplikasi tentang penerimaan diri (*self-acceptance*) dengan meninjau tafsir Hamka atas ayat-ayat dalam Al-Qur'an yang mengakomodasi makna qanā'ah dan mengembangkan konsep penerimaan yang lebih aktif dan progresif dalam kerangka pemahaman konsep qanā'ah versi Al-Qur'an. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dan termasuk dalam penelitian kepustakaan (library research). Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan tematik ala Al-Farmawī dengan analisis dari sisi kebahasaan. Sumber data terdiri dari literatur, buku, kitab, mu'jam, naskah, makalah, jurnal ilmiah, dan dokumen-dokumen yang berkaitan dengan objek penelitian. Perbedaan antara skripsi peneliti dengan penelitian ini ialah metode yang digunakan merupakan studi deskriptif yang menggunakan metode kuantitatif untuk mengukur hubungan antara sikap *qana'ah* dan

*self-acceptance*. Skripsi penelitian berfokus pada siswa kelas XI di SMKN 1 Kasomalang.

