

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Remaja

Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata lain *adolescere* (kata belanda, *adolescentia* yang berarti remaja) yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa (dalam Hurlock, 1999). Istilah *adolescence* seperti yang dipergunakan saat ini mempunyai arti yang luas mencakup kematangan mental, emosional, spasial dan fisik. Piaget (dalam Hurlock, 1999), mengatakan bahwa secara psikologis masa remaja adalah masa dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua, melainkan berada di dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak.

Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia. Masa ini merupakan masa perubahan atau peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis, dan perubahan sosial. Remaja sering kali didefinisikan sebagai periode transisi antara masa kanak-kanak ke masa dewasa, atau masa usia belasan tahun, atau seseorang yang menunjukkan tingkah laku tertentu seperti susah diatur, mudah terangsang perasaannya dan sebagainya.

Hurlock (1999) membedakan masa remaja kedalam beberapa tahap yaitu:

- a. Remaja awal (*early adolescent*) pada usia 11-14 tahun. Remaja awal biasanya berada pada tingkat SMP, perubahan yang terjadi pada masa ini sangat cepat,

baik pertumbuhan fisik dan kapasitas intelektual. Pada masa ini tugas perkembangannya lebih dipengaruhi oleh perubahan fisik dan mental yang cepat, yaitu adaptasi dan penerimaan keadaan tubuh yang berubah.

- b. Remaja pertengahan (*middle adolescent*) pada usia 15-18 tahun, biasanya duduk di bangku SMU. Pada masa ini remaja secara fisik menjadi percaya diri dan mendapatkan kebebasan secara psikologi dari orang tua, memperluas pergaulan dengan teman sebaya dan mulai mengembangkan persahabatan dan keterkaitan dengan lawan jenis.
- c. Remaja akhir (*late adolescent*) pada usia 18-22 tahun. Umumnya terjadi pada akhir SMU/ sederajat dan universitas sampai individu mencapai kematangan fisik, emosi dan kesadaran akan keadaan sosialnya, memiliki identitas personal dalam relasinya dengan orang lain, mengetahui peran sosial, sistem nilai, dan tujuan dalam hidupnya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa remaja adalah masa dimana usia seseorang orang beranjak dewasa, selanjutnya remaja dimaksud dalam penelitian ini adalah remaja pertengahan yang berusia 15 -18 tahun atau kelas X dan XI SMU sederajat.

## **B. Kepercayaan Diri**

### **1. Pengertian Kepercayaan Diri**

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa dirinya mampu berperilaku seperti yang dibutuhkan untuk memperoleh hasil seperti yang diharapkan. Kepercayaan diri ditunjukkan oleh suatu keyakinan bahwa seseorang dapat menyebabkan sesuatu terjadi sesuai dengan harapannya

(Bandura, 1997). Kepercayaan diri dikatakan sebagai suatu keyakinan menurut Hakim, (1999) membuat seseorang merasa mampu untuk mencapai berbagai tujuan didalam hidupnya.

Menurut Willis (2005) kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain. Lauster (1999) mengatakan kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya, dapat merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang disukainya dan bertanggung-jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, dapat menerima dan menghargai orang lain, memiliki dorongan untuk berprestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangannya. Tosi, dkk (1990) menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dalam diri seseorang bahwa ia mampu meraih kesuksesan dengan berpijak pada usaha sendiri.

Lindenfield (1997) menganalisis percaya diri menjadi dua jenis percaya diri yang cukup berbeda, yaitu percaya diri *batin* dan percaya diri *lahir*. Jenis percaya diri batin adalah percaya diri yang memberikan perasaan dan anggapan bahwa seseorang dalam keadaan baik, sementara percaya diri lahir memungkinkan seseorang tersebut untuk tampil dan berperilaku dengan cara yang menunjukkan kepada dunia luar bahwa ia yakin akan dirinya. Percaya diri batin dan percaya diri lahir saling mendukung, dan akan membentuk sesuatu yang jauh lebih kuat dan efektif dibandingkan dengan bagian-bagiannya.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah suatu keyakinan yang dimiliki seseorang dan dengan keyakinan tersebut seseorang merasa mampu untuk dapat berperilaku sebagaimana mestinya dan positif dalam mencapai apa yang diinginkannya atau yang menjadi tujuannya, serta mampu bertahan terhadap tantangan dan permasalahan yang ada. Kepercayaan diri tersebut merupakan kualitas pribadi yang diperoleh seseorang melalui pengembangan konsep diri yang baik serta harga diri yang sehat.

## **2. Perkembangan Kepercayaan Diri**

Di dalam perjalanan hidupnya, manusia akan selalu dan terus mengalami suatu proses belajar. Demikian juga halnya dengan sikap dan perasaan seseorang, akan mengalami suatu perkembangan sejalan dengan proses belajar yang dialami. Kepercayaan diri pada seseorang pun, bukanlah suatu sifat turunan yang langsung dimiliki tanpa adanya proses belajar (Lindenfield, 1997).

Tosi, dkk (1990) mengatakan terbentuknya kepercayaan diri tidak dapat dilepaskan dari perkembangan manusia pada umumnya. Kepercayaan diri sudah terbentuk pada tahun pertama yang diperoleh dari perlakuan orang yang merawat, mengasuh dan memenuhi segala kebutuhan anak. Ketika masa kanak-kanak, kepercayaan diri terbentuk dengan adanya sikap penerimaan, penghargaan dan kasih sayang dari keluarga. Sikap orang tua yang terlalu melindungi menyebabkan rasa percaya diri anak menjadi kurang, karena sikap tersebut membatasi pengalaman anak (Gunarsa dan Gunarsa, 2000). Namun tidak berhenti sampai di situ saja, karena anak-anak akan mengalami masa remaja, dewasa dan seterusnya.

Pada setiap tahapan masa yang akan terus dijalani dan dialami ini, lingkungan dan masalah yang dihadapi juga berubah dan tentu saja akan memberi andil bagi perkembangan kepribadian seseorang. Bagaimana suatu lingkungan memperlakukannya dan bagaimana cara seseorang dalam mengatasi masalah, menjadi suatu acuan dalam menilai diri sendiri sebagai orang yang mampu atau tidak ((Bandura, 1997).

Menurut pendapat Sarason dan Sarason (2003), kepercayaan diri terbentuk dan berkembang melalui proses belajar secara individu maupun secara sosial. Proses belajar secara individu berhubungan dengan umpan balik dari lingkungan melalui pengalaman psikologis. Sementara proses belajar secara sosial diperoleh melalui interaksi individu dengan aktivitasnya bersama orang lain.

Suryanto (dalam Intisari, 2000) mengemukakan hal yang serupa yaitu bahwa proses pembentukan rasa percaya diri sebenarnya telah dimulai sejak usia yang dini sekali, yaitu tiga bulan. Pada saat itu, seorang anak mulai mengenal ibunya yang selalu memberi ASI atau makanan bila ia lapar. Rasa lapar pada dirinya dipersepsikan oleh bayi bahwa ia membutuhkan sesuatu yang datang dari dunia luarnya. Bayi mulai merasa dirinya merupakan bagian dari lingkungannya. Ketika anak berusia 18 bulan, anak sudah mulai mengenali perbedaan kelamin dengan orang di sekitarnya. Menginjak usia tiga tahun, anak mulai menyadari, meski belum jelas, tentang objektivitas dirinya. Tubuhnya yang lebih kecil dari kakak dan kedua orang tuanya menyadarkan bahwa ada orang yang lebih tua dari dirinya. Pada usia 6-7 tahun mulai timbul perasaan suka dan tidak suka terhadap orang lain. Pada usia remaja, seorang anak mulai dapat menilai atau mengamati

dirinya sendiri. Perkembangan tahap demi tahap ini membentuk suatu konsep diri, sebagai salah satu modal dasar dan harga diri anak.

Sesuai dengan hal di atas, Rakhmat (2006) menyatakan dalam hubungan yang terjadi antara individu yang satu dengan individu yang lain, seseorang tidak hanya menanggapi orang lain saja, tetapi ia juga mempersepsi dirinya sebagai berikut, pertama-tama seseorang melihat sejauh mana keadaan dirinya, lalu berpikir bagaimana orang lain menilai dirinya, akibatnya akan timbul perasaan bangga atau kecewa dengan keadaan dirinya. Hal ini yang disebutkan oleh Cooley (dalam Rakhmat, 2006) sebagai *looking-glass self* atau bercermin pada diri. Proses ini merupakan proses pembentukan konsep diri, yaitu gambaran mengenai penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri.

Dalam kehidupan bermasyarakat orang tidak akan dapat melepaskan diri dalam hubungannya dengan individu lain, karena salah satu sifat manusia adalah sebagai makhluk sosial. Dalam berhubungan atau berinteraksi dengan orang lain, sudah selayaknya seseorang akan menghargai orang lain atau sebaliknya, sesuai dengan apa yang ada dalam diri orang lain itu. Namun demikian disamping seseorang menghargai orang lain, seseorang juga perlu menghargai dirinya sendiri. Menghargai diri sendiri menurut Coopersmith (dalam Walgito, 2000) merupakan hal yang penting dalam kehidupan seseorang. Menghargai diri sendiri tidaklah berarti seseorang akan mengagungkan dirinya sendiri dan merendahkan orang lain, atau sebaliknya. Menurut Bonner dan Coopersmith (dalam Walgito, 2000) individu harus cukup positif, cukup baik dalam menghargai dirinya sendiri.

Apabila individu mempunyai harga diri yang positif, maka ia akan mempunyai kepercayaan diri yang positif pula.

Secara ideal kemampuan dan kepercayaan diri dikembangkan sejak masa kanak-kanak awal melalui interaksi antara individu dengan lingkungan secara timbal balik. Kesuksesan yang diperoleh dari hubungan serta pengalaman tersebut meningkatkan tingkat kepercayaan dirinya dan dengan efisien dan dengan senang hati dapat menerima dan menilai positif diri dan kemampuannya. Kepercayaan diri yang ia miliki dapat memotivasi dan membimbingnya ke pengetahuan lebih lanjut tentang dunia dan kehidupannya (Kumara, 1990).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri bukanlah suatu yang ada pada diri kita tanpa adanya suatu usaha didalamnya dan bukan pula sesuatu yang dibawa sejak lahir, tetapi kepercayaan diri harus diusahakan, ditingkatkan dan dipelihara untuk mencapai hidup yang baik dan sehat.

### **3. Kepercayaan Diri pada Remaja**

Salah satu aspek kepribadian yang penting dalam masa remaja adalah kepercayaan diri (Walgito, 2000). Banyak masalah yang timbul karena seseorang tidak percaya pada kemampuan dirinya sendiri. Remaja yang senang menyontoh hasil pekerjaan temannya menunjukkan kurang percaya diri terhadap kemampuan dirinya sendiri. Ia lebih menggantungkan kepercayaannya kepada pihak lain padahal hasil pihak lain tersebut belum tentu nilai kebenarannya Bonner dan Coopersmith (dalam Walgito, 2000).

Kepercayaan diri pada remaja tampak pada sikap yang menerima diri sebagaimana adanya. Rubin (2004) menyatakan bahwa penerimaan diri merupakan sikap yang mencerminkan rasa senang sehubungan dengan kenyataan diri sendiri. Sikap tersebut merupakan perwujudan dari kepuasan terhadap kualitas kemampuan diri yang nyata. Remaja yang puas pada kualitas dirinya akan cenderung merasa aman, tidak kecewa dan tahu apa yang dibutuhkannya, sehingga dapat mandiri dan tidak bergantung pada orang lain dalam memutuskan segala sesuatu secara objektif. Ketakutan dan kecemasan akan kehilangan rasa cinta dari orang lain cenderung dapat dihindarkan, sehingga remaja tersebut dapat hidup dengan tenang tanpa didera kecemasan-kecemasan yang irrasional (Kumara, 1990).

Remaja yang percaya diri juga cenderung mempunyai gambaran dan konsep diri yang positif (Walgito, 2000). Hurlock dan Buss (dalam Kumara, 2008) menyatakan bahwa reaksi positif seseorang terhadap penampilan dirinya sendiri akan menimbulkan rasa puas yang akan mempengaruhi perkembangan mentalnya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri remaja adalah keyakinan yang dimiliki oleh remaja bahwa dirinya mampu melakukan sesuatu seperti yang dibutuhkan dan memperoleh hasil seperti yang diharapkan. Ia pun memiliki rasa optimistik untuk mencoba menghadapi dan memecahkan secara aktif masalah yang dihadapinya. Ia juga dapat menerima kenyataan diri apa adanya.

#### 4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Hakim (2002) mengatakan faktor penting yang mempengaruhi rasa percaya diri seseorang bersumber dari lingkungan keluarga. Keadaan keluarga merupakan lingkungan hidup yang pertama dan utama dalam kehidupan setiap manusia, lingkungan sangat mempengaruhi pembentukan awal rasa percaya diri seseorang. Rasa percaya diri tumbuh dan berkembang baik sejak kecil, jika seseorang berada didalam lingkungan keluarga yang baik, dan sebaliknya jika lingkungan tidak memadai menjadikan individu tersebut untuk percaya diri, maka individu tersebut akan kehilangan proses pembelajaran untuk percaya pada dirinya sendiri. Pendidikan keluarga merupakan pendidikan pertama dan utama yang sangat menentukan baik buruknya keperibadian seseorang. Bowlby dan Ainsworth (dalam Santrock, 2003) menyebutkan individu yang mendapatkan *secure attachment* (kelekatan) akan percaya diri, optimis, serta mampu membina hubungan dekat dengan orang lain.

Rudatini (2003) menyebutkan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri dapat bersumber dari dalam dan luar diri individu. Faktor-faktor yang berasal dari dalam diri individu adalah Konsep diri. Menurut Calhoun dan Acocella (2000) individu yang memiliki konsep diri positif akan mengembangkan rasa percaya akan dirinya karena ia akan mengembangkan sikap yang realistis dan objektif dalam memandang kehidupannya. Sebaliknya, individu yang memiliki konsep diri yang negatif akan memiliki kecemasan dalam menilai dirinya dan hal tersebut dapat menimbulkan tekanan emosional yang lambat laun dapat mengikis harga diri dan kepercayaan diri yang dimilikinya. Burns (2003) dengan konsep

diri dalam kaitan terbentuknya kepercayaan diri individu, mengatakan bila seseorang diterima, disetujui dan disukai sebagaimana adanya akan memberikan konsep diri yang positif. Contohnya, bila saja ada orang tua, guru atau teman yang suka dan sering mengolok-olok seseorang (dalam hal ini misalnya remaja), maka kepercayaan terhadap diri remaja tersebut menjadi sulit tumbuh, karena sebagaimana remaja itu dinilai oleh orang lain begitu pula remaja

Faktor-faktor yang berasal dari luar diri individu yang mempengaruhi terbentuknya kepercayaan diri yaitu, adalah:

a. Lingkungan

Perkembangan konsep diri, harga diri dan kepercayaan diri menurut Festinger dalam Mossman, (2006) banyak ditentukan oleh lingkungan dan pengalaman yang diperoleh dalam berinteraksi dengan lingkungan tersebut. Lingkungan yang mendukung tercapainya kepercayaan diri adalah lingkungan yang submisif dan didukung sikap positif oleh anggota keluarga serta kondisi yang tenteram secara keseluruhan.

Redenbach (dalam Rosmawary, 2000) menyatakan lingkungan sangat mempengaruhi seseorang, dengan siapa orang itu bergaul, apa yang dibaca, didengar dan diperhatikan secara terus menerus akan menyerap data dari lingkungan dan sebagai makhluk yang beradaptasi dan berevaluasi, orang akan mulai untuk merefleksikan apa yang diserapnya.

b. Pendidikan

Masyarakat menganggap pendidikan tinggi merupakan kunci kesuksesan dalam hidup, sehingga banyak orang tua yang menginginkan anaknya untuk

dapat mengenyam pendidikan yang lebih baik daripada mereka. Tinggi rendahnya tingkat pendidikan dapat mempengaruhi penilaian seseorang terhadap orang lain.

c. Pekerjaan.

Menurut Fromm dalam Mukadis, (2006) manusia akan mampu mengatasi rasa keterasingan dengan bekerja. Bekerja adalah cara yang paling bermanfaat untuk mengungkapkan diri seutuhnya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri seseorang, salah satunya dipengaruhi oleh kekekatannya dengan orangtua (Ainsworth dalam Santrock, 2003).

## **5. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri**

Guilford (dalam Afiatin, 2004) mengemukakan bahwa kepercayaan diri dapat dinilai melalui tiga aspek, yaitu (1) bila seseorang merasa adekuat terhadap apa yang dilakukannya, menunjukkan adanya keyakinan terhadap kekuatan, kemampuan dan keterampilan yang dimiliki, (2) bila seseorang merasa dapat diterima oleh kelompoknya, didasari atas keyakinan terhadap kemampuannya dalam berhubungan sosial, dan (3) bila seseorang percaya sekali pada dirinya sendiri serta memiliki ketenangan sikap, yaitu tidak mudah gugup, cukup toleran terhadap berbagai macam situasi. Misalnya bila ia melakukan atau mengatakan sesuatu secara tidak sengaja dan ternyata hal tersebut adalah salah.

Menurut Lauster (1999), ciri-ciri orang yang mempunyai kepercayaan diri adalah tidak mementingkan diri sendiri, cukup toleran, cukup berambisi, tidak

tergantungan pada dukungan orang lain, tidak berlebihan, optimis, mampu bekerja secara efektif, bertanggung jawab atas pekerjaannya dan gembira. Dapat pula dikemukakan bahwa kepercayaan diri akan menyebabkan kehati-hatian, kemandirian, tidak mementingkan diri sendiri, toleran dan memiliki ambisi yang wajar yang didasarkan pemahaman terhadap kemampuannya. Sebaliknya, Lauster juga menyebutkan bahwa rendahnya kepercayaan seseorang dapat mengakibatkan orang tersebut menjadi ragu-ragu, pesimis dalam menghadapi rintangan, kurang bertanggungjawab, cemas dalam mengemukakan gagasan dan sering membandingkan dirinya dengan orang lain.

Robert dalam Kumara, (2008) mengungkapkan bahwa ciri kepercayaan diri yang sehat yaitu: kemampuan berfikir secara orisinal, berprestasi, aktif reaktif dalam mendekati pemecahan masalah yang tidak lepas dari situasi lingkungan yang mendukungnya. Waterman (2008) mengemukakan bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri adalah mereka yang mampu bekerja secara efektif, dapat melaksanakan tugas dengan baik dan bertanggungjawab serta mempunyai rencana terhadap masa depannya.

Brenneck dan Amick (dalam Kumara, 1990) berpendapat bahwa orang yang mempunyai rasa percaya diri berani mencoba atau melakukan hal-hal baru. Tentu saja hal-hal baru yang dilakukan dimaksudkan untuk lebih meningkatkan diri dan lingkungannya dibandingkan dengan kondisi sebelumnya. Hal ini tidak terlepas dari adanya ambisi yang sehat dalam diri orang yang percaya diri (Lauster, 1999).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa seseorang yang percaya diri ditandai dengan : 1) merasa adekuat terhadap apa yang dilakukannya, 2) merasa dapat diterima oleh kelompoknya, dan 3) memiliki ketenangan sikap.

## C. Kelekatan

### 1. Pengertian Kelekatan

Istilah Kelekatan (*attachment*) untuk pertama kalinya dikemukakan oleh seorang psikolog dari Inggris pada tahun 1958 bernama John Bowlby. Kemudian formulasi yang lebih lengkap dikemukakan oleh Mary Ainsworth pada tahun 1969 (Mc Cartney dan Dearing, 2002). Kelekatan merupakan suatu ikatan emosional yang kuat yang dikembangkan anak melalui interaksinya dengan orang yang mempunyai arti khusus dalam kehidupannya, biasanya orang tua (Mc Cartney dan Dearing, 2002).

Bowlby (dalam Haditono dkk,1994) menyatakan bahwa ikatan emosional ini akan bertahan cukup lama dalam rentang kehidupan manusia yang diawali dengan kelekatan anak pada ibu atau figur lain pengganti ibu. Pengertian ini sejalan dengan apa yang dikemukakan Ainsworth mengenai kelekatan. Ainsworth (dalam Hetherington dan Parke, 2001) mengatakan bahwa kelekatan adalah ikatan emosional yang dibentuk seorang individu dengan orang lain yang bersifat spesifik, mengikat mereka dalam suatu kedekatan yang bersifat kekal sepanjang waktu. Kelekatan merupakan suatu hubungan yang didukung oleh tingkah laku lekat (*attachment behavior*) yang dirancang untuk memelihara hubungan tersebut (Durkin, 1995).

Tidak semua hubungan yang bersifat emosional atau afektif dapat disebut kelekatan. Adapun ciri afektif yang menunjukkan kelekatan adalah: hubungan bertahan cukup lama, ikatan tetap ada walaupun figur lekat tidak tampak dalam jangkauan mata anak, bahkan jika figur digantikan oleh orang lain dan kelekatan dengan figure lekat akan menimbulkan rasa aman (Ainsworth dalam Adiyanti, 1985).

Menurut Maccoby (dalam Ervika, 2000) seorang anak dapat dikatakan lekat pada orang lain jika memiliki ciri-ciri antara lain:

- a. Mempunyai kelekatan fisik dengan seseorang
- b. Menjadi cemas ketika berpisah dengan figur lekat
- c. Menjadi gembira dan lega ketika figur lekatnya kembali
- d. Orientasinya tetap pada figur lekat walaupun tidak melakukan interaksi.

Anak memperhatikan gerakan, mendengarkan suara dan sebisa mungkin berusaha mencari perhatian figur lekatnya

Selama ini orang seringkali menyamakan kelekatan dengan ketergantungan (*dependency*), padahal sesungguhnya kedua istilah tersebut mengandung pengertian yang berbeda. Ketergantungan anak pada figur tertentu timbul karena tidak adanya rasa aman. Anak tidak dapat melakukan otonomi jika tidak mendapatkan rasa aman. Hal inilah yang akan menimbulkan ketergantungan pada figur tertentu (Faw dalam Ervika, 2000). Adapun ciri kelekatan adalah memberikan kepercayaan pada orang lain yang dapat memberikan ketenangan.

Berdasarkan beberapa pengertian diatas maka dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan kelekatan adalah suatu hubungan emosional atau

hubungan yang bersifat afektif antara satu individu dengan individu lainnya yang mempunyai arti khusus, dalam hal ini biasanya hubungan ditujukan pada ibu atau pengasuhnya. Hubungan yang dibina bersifat timbal balik, bertahan cukup lama dan memberikan rasa aman walaupun figur lekat tidak tampak dalam pandangan anak.

## **2. Teori-Teori Kelekatan**

Penjelasan mengenai kelekatan dapat dipandang dari berbagai sudut pandang atau kerangka berpikir. Ada beberapa teori yang mencoba menjelaskan kelekatan, antara lain (Freud dalam Durkin 1995, Hetherington dan Parke,1999):

### **a. Teori Psikoanalisa**

Berdasarkan teori psikoanalisa Freud ( dalam Durkin 1995, Hetherington dan Parke,1999), manusia berkembang melewati beberapa fase yang dikenal dengan fase-fase psikoseksual. Salah satu fasenya adalah fase oral, pada fase ini sumber pengalaman anak dipusatkan pada pengalaman oral yang juga berfungsi sebagai sumber kenikmatan. Secara natural bayi mendapatkan kenikmatan tersebut dari ibu disaat bayi menghisap susu dari payudara atau mendapatkan stimulasi oral dari ibu. Proses ini menjadi sarana penyimpanan energi libido bayi dan ibu selanjutnya menjadi objek cinta pertama seorang bayi. Kelekatan bayi dimulai dengan kelekatan pada payudara ibu dan dilanjutkannya dengan kelekatan pada ibu. Penekanannya disini ditujukan pada kebutuhan dan perasaan yang difokuskan pada interaksi ibu dan anak

Selanjutnya Erickson (dalam Durkin, 1995) berusaha menjelaskannya melalui fase terbentuknya kepercayaan dasar (*basic trust*). Ibu dalam hal ini

digambarkan sebagai figur sentral yang dapat membantu bayi mencapai kepercayaan dasar tersebut. Hal tersebut dikarenakan ibu berperan sebagai sumber pemenuhan kebutuhan bayi, menjadi sumber bergantung pemenuhan kebutuhan nutrisi serta sumber kenyamanan. Pengalaman oral dianggap Erickson sebagai prototip proses memberi dan menerima (*giving and taking*).

b. Teori Belajar

Kelekatan antara ibu dan anak dimulai saat ibu menyusui bayi sebagai proses pengurangan rasa lapar yang menjadi dorongan dasar. Susu yang diberikan ibu menjadi *primary reinforcer* dan ibu menjadi *secondary reinforcer*. Kemampuan ibu untuk memenuhi kebutuhan dasar bayi menjadi dasar terbentuknya kelekatan. Teori ini juga beranggapan bahwa stimulasi yang diberikan ibu pada bayi, baik itu visual, auditori dan taktil dapat menjadi sumber pembentukan kelekatan (Gewirtz dalam Hetherington dan Parke, 1999).

c. Teori Perkembangan Kognitif

Kelekatan baru dapat terbentuk apabila bayi sudah mampu membedakan antara ibunya dengan orang asing serta dapat memahami bahwa seseorang itu tetap ada walaupun tidak dapat dilihat oleh anak. hal ini merupakan cerminan konsep permanensi objek yang dikemukakan Piaget (dalam Hetherington dan Parke, 1999). Saat anak bertambah besar, kedekatan secara fisik menjadi tidak terlalu berarti. Anak mulai dapat memelihara kontak psikologis dengan menggunakan senyuman, pandangan serta kata-kata. Anak mulai dapat memahami bahwa perpisahannya dengan ibu bersifat sementara. Anak tidak merasa terlalu sedih

dengan perpisahan. Orang tua dapat mengurangi situasi *distress* saat perpisahan dengan memberikan penjelasan pada anak.

d. Teori Etologi

Bowlby (dalam Hetherington dan Parke, 1999) dipengaruhi oleh teori evolusi dalam observasinya pada perilaku hewan. Menurut teori Etologi (Berndt, 1992) tingkah laku lekat pada anak manusia diprogram secara evolusioner dan instinktif. Sebetulnya tingkah laku lekat tidak hanya ditujukan pada anak namun juga pada ibu. Ibu dan anak secara biologis dipersiapkan untuk saling merespon perilaku. Bowlby (dalam Hetherington dan Parke, 1999) percaya bahwa perilaku awal sudah diprogram secara biologis. Reaksi bayi berupa tangisan, senyuman, isapan akan mendatangkan reaksi ibu dan perlindungan atas kebutuhan bayi. Proses ini akan meningkatkan hubungan ibu dan anak. Sebaliknya bayi juga dipersiapkan untuk merespon tanda, suara dan perhatian yang diberikan ibu. Hasil dari respon biologis yang terprogram ini adalah anak dan ibu akan mengembangkan hubungan kelekatan yang saling menguntungkan (*mutuality attachment*).

Teori etologi juga menggunakan istilah "*Psychological Bonding*" yaitu hubungan atau ikatan psikologis antara ibu dan anak, yang bertahan lama sepanjang rentang hidup dan berkonotasi dengan kehidupan sosial (Bowley dalam Hadiyanti, 1992).

Berdasarkan beberapa teori di atas dapat disimpulkan bahwa kelekatan tidak terbatas pada hubungan psikologis orangtua dengan anak pada masa anak-

anak, melainkan juga sepanjang rentang hidup dan berkonotasi dengan kehidupan sosialnya.

### 3. Manfaat Kelekatan

Rini (2002) berpendapat bahwa kelekatan dapat memberikan pengaruh positif terhadap remaja yang mendapatkannya, antara lain:

a. Rasa percaya diri

Perhatian dan kasih sayang orang tua yang stabil, menumbuhkan keyakinan bahwa diri remaja berharga bagi orang lain. Jaminan adanya perhatian orang tua yang stabil, membuat remaja belajar percaya pada orang lain.

b. Kemampuan membina hubungan yang hangat

Hubungan yang diperoleh remaja dari orang tua, menjadi pelajaran bagi remaja untuk kelak diterapkan dalam kehidupannya setelah dewasa. Kelekatan yang hangat, menjadi tolak ukur dalam membentuk hubungan dengan teman hidup dan sesamanya. Namun hubungan yang buruk, menjadi pengalaman yang traumatis bagi remaja, sehingga menghalangi kemampuan membina hubungan yang stabil dan harmonis dengan orang lain.

c. Mengasahi sesama dan peduli pada orang lain

Remaja yang tumbuh dalam hubungan kelekatan yang hangat, akan memiliki sensitivitas atau kepekaan yang tinggi terhadap kebutuhan sekitarnya. Dia mempunyai kepedulian yang tinggi dan kebutuhan untuk membantu orang lain yang sedang membutuhkan bantuan.

d. Disiplin

Kelekatan membantu orang tua untuk dapat dengan lebih mudah memahami remaja, sehingga lebih mudah memberikan arahan secara lebih proporsional,

empatik, penuh kesabaran dan pengertian yang dalam. Remaja juga akan belajar mengembangkan kesadaran diri dari sikap orangtua yang menghargai remaja untuk mematuhi peraturan dengan disiplin karena sikap menghukum akan menyakiti harga diri remaja dan tidak mendorong kesadaran diri.

- e. Pertumbuhan intelektual dan psikologis yang baik

Bentuk kelekatan yang terjalin mempengaruhi pertumbuhan fisik, intelektual, dan kognitif, serta perkembangan psikologis individu.

Santrock (2003) menyebutkan beberapa manfaat kelekatan, antara lain:

- a. Kelekatan pada masa remaja bisa memfasilitasi kecakapan dan kesejahteraan sosial seperti yang dicerminkan dalam beberapa ciri seperti harga diri, penyesuaian emosi, dan kesehatan fisik.
- b. Membantu remaja menunjukkan kesejahteraan emosi yang lebih baik
- c. Membantu remaja untuk memiliki harga diri yang lebih tinggi
- d. Sebagai fungsi adaptif untuk menyediakan dasar rasa aman terhadap remaja agar dapat mengeksplorasi dan menguasai lingkungan baru serta dunia sosial yang semakin luas dalam kondisi psikologi yang sehat.
- e. Membantu remaja dari kecemasan dan kemungkinan perasaan tertekan atau ketegangan emosi yang berkaitan dengan transisi dari masa kanak-kanak menuju ke masa dewasa.
- f. Membantu keberhasilan remaja dalam hubungan intim dan harga diri pada awal masa dewasa.
- g. Membantu remaja untuk menghasilkan hubungan positif dan dekat di luar keluarga dengan teman sebaya.

Dari uraian pendapat di atas dapat disimpulkan, bahwa manfaat kelekatan antara individu dengan orang tua antara lain: dapat menumbuhkan rasa percaya diri, kemampuan membina hubungan yang hangat, mengasihi sesama dan peduli pada orang lain, menumbuhkan kedisiplinan, mempengaruhi pertumbuhan intelektualitas dan psikologis, menumbuhkan harga diri dan kesejahteraan yang lebih baik pada remaja, serta membantu remaja untuk menghasilkan hubungan positif dengan teman sebaya.

#### **4. Kelekatan (*Attachment*) Remaja**

*Attachment* yang terbentuk antara bayi dan orangtua (hubungan sosial pertama dalam hidup manusia) merupakan landasan dasar bagi hubungan manusia pada masa selanjutnya (Erickson, Sroufe & Fleeson dalam Kail & Cavanaugh, 2000). Bowlby (dalam Colin, 1996) mengatakan bahwa anak masih membutuhkan orangtua sebagai figur *attachment* selama masa kanak-kanak dan remaja. Remaja tetap memperoleh dukungan dan perlindungan dari orangtua (sebagai figur *attachment*). Namun, pada masa remaja keinginan remaja mencari kedekatan dan mengandalkan figur *attachment* pada saat mereka merasa tertekan cenderung menurun tetapi, untuk perasaan ketersediaan figur *attachment* tidak mengalami penurunan (Lieberman, Doyle & Markiewicz dalam Doyle & Moretti, 2000).

Menurut Bowlby (dalam Doyle & Moretti, 2000) meskipun frekuensi dan intensitas beberapa perilaku *attachment* diketahui menurun seiring bertambahnya usia namun, kualitas ikatan *attachment* remaja akan tetap stabil. Memasuki usia remaja, mereka lebih menjalin hubungan yang lebih dekat dengan teman sebaya.

Namun, menurut Greenberg, et, al; Kobak & Scroery (dalam Colin, 1996) meskipun hubungan dengan teman sebaya menjadi sangat penting bagi remaja akan tetapi, *attachment* dengan orangtua tetap menjadi sumber utama dalam memberikan rasa aman pada remaja. Adapun ciri afektif yang menunjukkan kelekatan antara lain, hubungan bertahan cukup lama, ikatan tetap ada walaupun figur lekat tidak tampak dalam jangkauan mata anak, bahkan jika figur digantikan oleh orang lain dan kelekatan dengan figur lekat akan menimbulkan rasa aman (Ainsworth, 1969)

Berdasarkan uraian di atas disimpulkan bahwa kelekatan antara anak dengan orangtuanya tidak hanya sebatas masa kanak – kanak saja, melainkan terus menerus dalam masa perkembangan anak tersebut, remaja, dewasa hingga akhir hayatnya. Hanya saja intensitas kelekatan yang terjadi akan menurun seiring dengan berjalannya usia perkembangan si anak tersebut.

## **5. Figur Lekat**

Ada dua macam figur lekat, yaitu figur lekat utama dan figur lekat pengganti. Menurut Bowlby (dalam Durkin 1995) individu yang selalu siap memberikan respon ketika anak menangis tetapi tidak memberikan perawatan fisik cenderung dipilih sebagai figur lekat pengganti. Adapun individu yang kadang-kadang memberikan perawatan fisik namun tidak bersifat responsif tidak akan dipilih menjadi figur lekat.

Adapun kondisi yang dapat menimbulkan kelekatan pada anak pada seseorang dapat diuraikan sebagai berikut:

a. Pengasuh Anak

Termasuk pada siapa dan bagaimana pengasuhan dilakukan. Orang yang paling banyak mengasuh anak adalah orang yang paling sering berhubungan dengan anak dengan maksud mendidik dan membesarkan anak. Hal ini menyangkut kualitas hubungan antara pengasuh dan anak, disamping itu pengasuh anak harus tetap dan berhubungan dengan anak secara berkesinambungan (Pikunas dalam Ervika, 2000).

b. Komposisi Keluarga

Anak mempunyai kemungkinan untuk memilih salah satu dari orang-orang yang ada dalam keluarga sebagai figur lekatnya. Figur lekat yang dipilih anak biasanya adalah orang dewasa yang memenuhi persyaratan pada butir (a) di atas. Ibu biasanya menduduki peringkat pertama figur lekat utama anak. Hal ini dapat dipahami karena ibu biasanya lebih banyak berinteraksi dengan anak dan berfungsi sebagai orang yang memenuhi kebutuhannya serta memberikan rasa nyaman, namun dalam hal ini kuantitas waktu bukanlah faktor utama terjadinya kelekatan. Kualitas hubungan menjadi hal yang lebih dipentingkan. Kualitas hubungan ibu dan anak jauh lebih penting daripada lamanya mereka berinteraksi karena dengan mengetahui lamanya anak berinteraksi belum tentu diketahui tentang apa yang dilakukan selama interaksi. Hal ini dibuktikan oleh Schaffer dan Emerson (dalam Hetherington dan Parke, 1999; Durkin, 1995) yang menemukan bahwa bayi memilih ayah dan orang dewasa lainnya sebagai figur lekat, padahal bayi menghabiskan waktu lebih banyak bersama ibu. Bayi-bayi ini memiliki ibu yang tidak responsif dan cenderung mengabaikan

padahal ibu yang memberikan perawatan rutin pada bayi. Hal ini disebabkan karena ayah-ayah zaman sekarang cenderung mau terlibat dalam pemeliharaan anak. Masalahnya adalah sulit menilai kualitas kelekatan tersebut karena para ayah biasanya sulit diajak bekerjasama dalam penelitian akibat keterbatasan waktu yang mereka miliki (Shaffer dan Emerson dalam Durkin, 1995).

Menurut Bowlby (dalam Adiyanti 1985) perkembangan kelekatan terhadap figur tertentu merupakan hasil proses yang bekerja dalam diri anak, yaitu:

- a. Kecenderungan anak untuk melakukan orientasi, melihat dan mendengarkan suatu kelompok stimuli tertentu dan sejumlah stimuli yang lain. Hal ini memungkinkan bayi yang masih sangat muda menaruh perhatian khusus pada orang yang merawatnya (sebagai suatu stimuli).
- b. Kegiatan belajar memungkinkan bayi belajar tentang atribut persepsual dari orang yang memberikan perhatian kepadanya dan membedakan orang tersebut dari orang-orang disekitarnya.
- c. Bayi mempunyai kecenderungan untuk mendekati orang yang sudah dikenalnya dan telah dibedakan dari orang lain

Berdasarkan uraian-uraian diatas dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan figur lekat adalah individu-individu yang dapat memenuhi kebutuhan anak, baik itu kebutuhan fisik maupun kebutuhan psikologisnya berupa terpenuhinya rasa aman dan nyaman. Dalam konteks ini, figur lekat dimaksud adalah orang tua, lebih spesifik lagi orang tua dimaksud adalah Figur Ibu.

## 6. Aspek-aspek Kelekatan

Kelekatan dibentuk dari aspek-aspek yang mendasarinya. Menurut Papalia dkk (2008) aspek kelekatan antara lain:

### a. Sensitivitas figur

Sensitivitas figur dapat berupa seberapa besar kepekaan figur terhadap kebutuhan individu atau sejauh mana figur lekat dapat mengetahui kebutuhan-kebutuhan individu.

### b. Responsivitas figur

Responsivitas adalah bagaimana figur lekat menanggapi kebutuhan individu. Menurut Erwin (1998) aspek utama pembentukan dan pengembangan kelekatan adalah penerimaan figur lekat, sensitivitas atau kepekaan figur lekat terhadap kebutuhan individu dan responsivitas kedua belah pihak baik figur lekat maupun individu dalam menanggapi stimulus-stimulus yang diberikan untuk memperkuat kelekatan antara keduanya.

Menurut Bee (2000) aspek penting untuk mengembangkan kelekatan yang aman adalah penerimaan figur lekat dan adanya sensitivitas, yang termasuk di dalamnya adalah respons yang berkesinambungan dan konsisten terhadap kebutuhan individu.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan, bahwa aspek kelekatan yang utama adalah sensitivitas atau kepekaan figur lekat dan responsivitas atau cara figur lekat menanggapi kebutuhan individu. Figur-figur yang memiliki sensitivitas tinggi dan responsive terhadap kebutuhan-kebutuhan individu akan membuat individu semakin lekat dengan objek lekat (figur).

## **D. Persepsi terhadap Pola Kelekatan**

### **1. Pengertian Persepsi**

Persepsi merupakan salah satu aspek psikologis yang penting bagi manusia dalam merespon kehadiran berbagai aspek dan gejala di sekitarnya. Persepsi mengandung pengertian yang sangat luas, menyangkut *intern* dan *ekstern*. Berbagai ahli telah memberikan definisi yang beragam tentang persepsi, walaupun pada prinsipnya mengandung makna yang sama. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, persepsi adalah tanggapan (penerimaan) langsung dari sesuatu. Proses seseorang mengetahui beberapa hal melalui panca inderanya.

Sugihartono, dkk (2007) mengemukakan bahwa persepsi adalah kemampuan otak dalam menerjemahkan stimulus atau proses untuk menerjemahkan stimulus yang masuk ke dalam alat indera manusia. Persepsi manusia terdapat perbedaan sudut pandang dalam penginderaan. Ada yang mempersepsikan sesuatu itu baik atau persepsi yang positif maupun persepsi negatif yang akan mempengaruhi tindakan manusia yang tampak atau nyata.

Walgito (2004) mengungkapkan bahwa persepsi merupakan suatu proses pengorganisasian, penginterpretasian terhadap stimulus yang diterima oleh organisme atau individu sehingga menjadi sesuatu yang berarti, dan merupakan aktivitas yang integrated dalam diri individu. Respon sebagai akibat dari persepsi dapat diambil oleh individu dengan berbagai macam bentuk. Stimulus mana yang akan mendapatkan respon dari individu tergantung pada perhatian individu yang bersangkutan. Persepsi merupakan hasil kerja otak dalam memahami atau menilai suatu hal yang terjadi di sekitarnya (Waidi, 2006).

Rakhmat (2007) menyatakan persepsi adalah pengamatan tentang objek, peristiwa atau hubungan-hubungan yang diperoleh dengan menyimpulkan informasi dan menafsirkan pesan. Sedangkan Suharman (2005) menyatakan: “persepsi merupakan suatu proses menginterpretasikan atau menafsir informasi yang diperoleh melalui sistem alat indera manusia”. Menurutnya ada tiga aspek di dalam persepsi yang dianggap relevan dengan kognisi manusia, yaitu pencatatan indera, pengenalan pola, dan perhatian.

Berdasarkan beberapa pengertian di atas, terlihat ada proses didalam berpersepsi. Toha (2003) mengidentifikasi terbentuknya persepsi didasari pada 3 (tiga) tahapan proses, yaitu:

a. Stimulus atau Rangsangan

Terjadinya persepsi diawali ketika seseorang dihadapkan pada suatu stimulus/rangsangan yang hadir dari lingkungannya.

b. Registrasi

Dalam proses registrasi, suatu gejala yang nampak adalah mekanisme fisik yang berupa penginderaan dan syarat seseorang berpengaruh melalui alat indera yang dimilikinya. Seseorang dapat mendengarkan atau melihat informasi yang terkirim kepadanya, kemudian mendaftarkan semua informasi yang terkirim kepadanya tersebut.

c. Interpretasi

Interpretasi merupakan suatu aspek kognitif dari persepsi yang sangat penting yaitu proses memberikan arti kepada stimulus yang diterimanya. Proses

interpretasi tersebut bergantung pada cara pendalaman, motivasi, dan kepribadian seseorang.

Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya persepsi seseorang menurut Toha (2003):

- a. Faktor internal: perasaan, sikap dan kepribadian individu, prasangka, keinginan atau harapan, perhatian (fokus), proses belajar, keadaan fisik, gangguan kejiwaan, nilai dan kebutuhan juga minat, dan motivasi.
- b. Faktor eksternal: latar belakang keluarga, informasi yang diperoleh, pengetahuan dan kebutuhan sekitar, intensitas, ukuran, keberlawanan, pengulangan gerak, hal-hal baru dan familiar atau ketidak asingan suatu objek.

Menurut Walgito (2004), faktor-faktor yang berperan dalam persepsi meliputi:

- a. Objek yang dipersepsi

Objek menimbulkan stimulus yang mengenai alat indera atau reseptor. Stimulus dapat datang dari luar individu yang mempersepsi, tetapi juga dapat datang dari dalam diri individu yang bersangkutan yang langsung mengenai syaraf penerima yang bekerja sebagai reseptor.

- b. Alat indera, syaraf dan susunan syaraf

Alat indera atau reseptor merupakan alat untuk menerima stimulus, di samping itu juga harus ada syaraf sensoris sebagai alat untuk meneruskan stimulus yang diterima reseptor ke pusat susunan syaraf, yaitu otak sebagai pusat kesadaran. Sebagai alat untuk mengadakan respon diperlukan motoris yang dapat membentuk persepsi seseorang.

### c. Perhatian

Untuk menyadari atau dalam mengadakan persepsi diperlukan adanya perhatian, yaitu merupakan langkah utama sebagai suatu persiapan dalam rangka mengadakan persepsi. Perhatian merupakan pemusatan atau konsentrasi dari seluruh aktivitas individu yang ditujukan kepada sesuatu sekumpulan objek.

Faktor-faktor tersebut menjadikan persepsi individu berbeda satu sama lain dan akan berpengaruh pada individu dalam mempersepsi suatu objek, stimulus, meskipun objek tersebut benar-benar sama. Persepsi seseorang atau kelompok dapat jauh berbeda dengan persepsi orang atau kelompok lain sekalipun situasinya sama. Perbedaan persepsi dapat ditelusuri pada adanya perbedaan-perbedaan individu, perbedaan-perbedaan dalam kepribadian, perbedaan dalam sikap atau perbedaan dalam motivasi. Pada dasarnya proses terbentuknya persepsi ini terjadi dalam diri seseorang, namun persepsi juga dipengaruhi oleh pengalaman, proses belajar, dan pengetahuannya.

## 2. Jenis-jenis Pola Kelekatan

Menurut Bowlby (dalam Yessy, 2003) terdapat tiga pola kelekatan, yaitu pola *secure attachment* (aman), *anxious resistant attachment* (cemas ambivalen), dan *anxious avoidant attachment* (cemas menghindar).

### a. Pola *secure attachment*

Pola *secure attachment* adalah pola yang terbentuk dari interaksi orang tua dengan remaja, remaja merasa percaya terhadap orang tua sebagai figur yang selalu mendampingi, sensitif, dan responsif, penuh cinta serta kasih sayang

saat mereka mencari perlindungan dan kenyamanan, dan selalu membantu atau menolongnya dalam menghadapi situasi yang menakutkan dan mengancam. Remaja yang mempunyai pola ini percaya adanya *responsivitas* dan kesediaan orang tua bagi dirinya.

b. Pola *anxious resistant attachment* (cemas ambivalen)

Pola *anxious resistant attachment* adalah pola yang terbentuk dari interaksi orang tua dengan remaja, remaja merasa tidak pasti bahwa orang tuanya selalu ada dan responsif atau cepat membantu serta datang kepadanya pada saat remaja membutuhkan mereka. Akibatnya, remaja mudah mengalami kecemasan untuk berpisah, cenderung bergantung, menuntut perhatian, dan cemas ketika bereksplorasi dalam lingkungan.

Pada pola ini, remaja mengalami ketidakpastian sebagai akibat dari orang tua yang tidak selalu membantu pada setiap kesempatan dan juga adanya keterpisahan.

c. Pola *anxious avoidant attachment* (cemas menghindar)

Pola *anxious avoidant attachment* adalah pola yang terbentuk dari orang tua dengan remaja, remaja tidak memiliki kepercayaan diri karena saat mencari kasih sayang, remaja tidak direspons atau bahkan ditolak.

Pada pola ini, konflik lebih tersembunyi sebagai hasil dari perilaku orang tua yang secara konstan menolaknya ketika remaja mendekat untuk mencari kenyamanan atau perlindungan.

Menurut Bartholomew (dalam Baron dan Byrne, 2003) terdapat empat pola kelekatan yaitu:

a. *Secure attachment style*

Individu dengan pola ini digambarkan sebagai individu yang mempunyai harga diri dan kepercayaan interpersonal yang tinggi, mempunyai pandangan yang positif tentang dirinya dan orang lain dan mampu membuat hubungan interpersonal berdasarkan rasa saling percaya.

b. *Fearfull-avoidant attachment style*

Individu dengan pola ini mempunyai pandangan yang negatif tentang diri sendiri dan orang lain, mereka menghindari penolakan dengan cara menghindari hubungan dekat dengan orang lain.

c. *Pre-occupied attachment style.*

Individu dengan pola ini mempunyai pandangan yang negatif tentang diri sendiri tetapi masih mengharap orang lain akan menerima dan mencintai dirinya, sehingga individu dengan tipe ini berusaha membuat hubungan dengan orang lain tetapi mereka takut untuk ditolak.

d. *Dismissing attachment style*

Individu dengan pola ini mempunyai karakter positif dalam memandang diri sendiri, merasa berharga dan mandiri, dan merasa patut untuk mendapat atau membuat hubungan dekat dengan orang lain, tetapi terkadang mereka menolak hubungan yang tulus karena mereka mengharapkan orang lain yang lebih buruk dari mereka, sehingga pola ini digolongkan dalam sisi negatif.

Perbedaan gaya kelekatan akan menyebabkan perbedaan yang besar dalam memandang diri dan orang lain. Collin dan Read (1990) mengemukakan bahwa orang yang dikategorikan memiliki kelekatan aman akan mempunyai keberartian

diri yang lebih tinggi, lebih percaya diri dalam situasi sosial dan lebih asertif. Orang dengan kelekatan aman mempunyai kepercayaan yang positif tentang dunia sosial, memandang orang lain sebagai orang yang bisa dipercaya. Individu yang termasuk cemas menunjukkan gejala perasaan yang kurang berarti, kepercayaan diri dalam situasi sosial rendah, dan kurang asertif. Individu yang termasuk menghindar cenderung memandang dirinya positif menunjukkan keberartian diri dan asertif walaupun mereka kurang percaya diri dalam situasi sosial serta kurang berorientasi dalam hubungan interpersonal.

Hazan dan Shaver (1987) mengemukakan orang dengan gaya kelekatan aman memperlihatkan ciri individu yang bersahabat dan memiliki rasa percaya diri. Individu dengan gaya kelekatan menghindar mempunyai ciri individu yang skeptis, mudah curiga, mudah berubah pendirian dan sukar terbuka. Mereka tidak nyaman dalam keintiman, tidak dapat mengekspresikan diri, kurang hangat, dan kurang terbuka. Individu dengan gaya kepribadian cemas menunjukkan individu yang kurang pengertian, tidak percaya diri, merasa tidak berharga, mudah berubah-ubah pendapat, tidak asertif, dan kurang berani menjalin hubungan.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat 3 (tiga) jenis pola kelekatan, yaitu *secure attachment* (aman), *anxious resistant attachment* (cemas ambivalen), *anxious avoidant attachment* (cemas menghindar).

### **3. Aspek-aspek Persepsi terhadap Pola Kelekatan**

Gibson (2001) menyatakan bahwa faktor yang membentuk persepsi adalah stereotip, kepandaian menyaring stimulus, konsep diri, keadaan kebutuhan dan emosi. Keadaan persepsi berkaitan dengan cara mendapatkan pengetahuan khusus

tentang objek atau kejadian pada saat tertentu. Jadi persepsi mencakup penafsiran objek, tanda dan orang dari sudut pengalaman yang bersangkutan.

Aspek persepsi menurut Coren, dkk (2009) meliputi:

- a. Aspek kognisi, berkaitan dengan bagaimana pandangan individu terhadap stimulus yang dihadapi di lingkungannya.
- b. Aspek afeksi, meliputi bagaimana penilaian individu ketika menghadapi stimulus tertentu, berkaitan dengan perasaan dan emosinya.

Branca, Woodworth dan Marquis (dalam Walgito, 2007) menyatakan bahwa persepsi terdiri atas tiga aspek yaitu:

- a. Kognisi, menyangkut proses diterimanya stimulus melalui alat indra dan fungsi fisiologis dari susunan saraf pusat dalam melakukan seleksi terhadap stimulus yang diterima individu sampai stimulus tersebut dipahami.
- b. Afeksi, berkaitan dengan kesan atau perasaan individu dalam menafsirkan stimulus sehingga individu menyadari stimulus tersebut.
- c. Konasi, berhubungan dengan bagaimana perilaku atau kecenderungan perilaku individu berkaitan dengan stimulus yang dihadapinya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek persepsi yang digunakan dalam penelitian ini adalah aspek kognisi, afeksi dan konasi yang dikaitkan dengan objek persepsi, yaitu pola kelekatan *secure attachment* (aman)

#### **E. Hubungan Antara Persepsi terhadap Pola Kelekatan *Secure Attachment* dengan Kepercayaan Diri Remaja**

Permasalahan yang sering dialami pada masa perkembangannya adalah masalah kepercayaan diri (Afiatin dkk 1996). Lauster (1999) mengatakan

kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya, dapat merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang disukainya dan bertanggung-jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, dapat menerima dan menghargai orang lain, memiliki dorongan untuk berprestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangannya.

Guilford (dalam Afiatin, 2004) mengemukakan bahwa kepercayaan diri dapat dinilai melalui tiga aspek, yaitu (1) bila seseorang merasa adekuat terhadap apa yang dilakukannya, menunjukkan adanya keyakinan terhadap kekuatan, kemampuan dan ketrampilan yang dimiliki, (2) bila seseorang merasa dapat diterima oleh kelompoknya, didasari atas keyakinan terhadap kemampuannya dalam berhubungan sosial, dan (3) bila seseorang percaya sekali pada dirinya sendiri serta memiliki ketenangan sikap, yaitu tidak mudah gugup, cukup toleran terhadap berbagai macam situasi. Misalnya bila ia melakukan atau mengatakan sesuatu secara tidak sengaja dan ternyata hal tersebut adalah salah.

Kepercayaan diri seseorang sangat dipengaruhi oleh faktor lingkungan yang terdiri atas faktor lingkungan keluarga, pendidikan atau sekolah dan teman sebaya. Faktor-faktor lingkungan inilah yang akan mempengaruhi persepsi seseorang terhadap segala respon dan perilaku yang ditampilkan, kemudian bagaimana persepsi terhadap lingkungan itu sehingga bisa memberikan pengaruh bagi kepercayaan dirinya. Jika lingkungan tidak memadai menjadikan individu tersebut untuk percaya diri, maka individu tersebut akan kehilangan proses pembelajaran untuk percaya pada dirinya sendiri. Pendidikan keluarga merupakan

pendidikan pertama dan utama yang sangat menentukan baik buruknya kepribadian seseorang (Hakim, 2002).

Bowlby dan Ainsworth (dalam Santrock, 2003) menyebutkan individu yang memiliki *attachment* (kelekatan) akan percaya diri, optimis, serta mampu membina hubungan dekat dengan orang lain. Perhatian dan kasih sayang orang tua yang stabil, menumbuhkan keyakinan bahwa diri remaja berharga bagi orang lain. Jaminan adanya perhatian orang tua yang stabil, membuat remaja belajar percaya pada orang lain.

Ainsworth (dalam Hetherington dan Parke, 2001) mengatakan bahwa kelekatan adalah ikatan emosional yang dibentuk seorang individu dengan orang lain yang bersifat spesifik, mengikat mereka dalam suatu kedekatan yang bersifat kekal sepanjang waktu. Kelekatan tidak hanya berlangsung saat masa bayi saja, melainkan hingga masa perkembangan kanak-kanak, remaja bahkan hingga dewasa. Bowlby (dalam Yessy, 2003) menyebutkan terdapat tiga pola kelekatan, yaitu pola *secure attachment* (aman), *anxious resistant attachment* (cemas ambivalen), dan *anxious avoidant attachment* (cemas menghindar). Ketiga pola attachment di atas, tentunya berdampak pada persepsi yang berbeda-beda didalam membentuk kepercayaan diri individu remaja didalam menjalani masa perkembangannya.

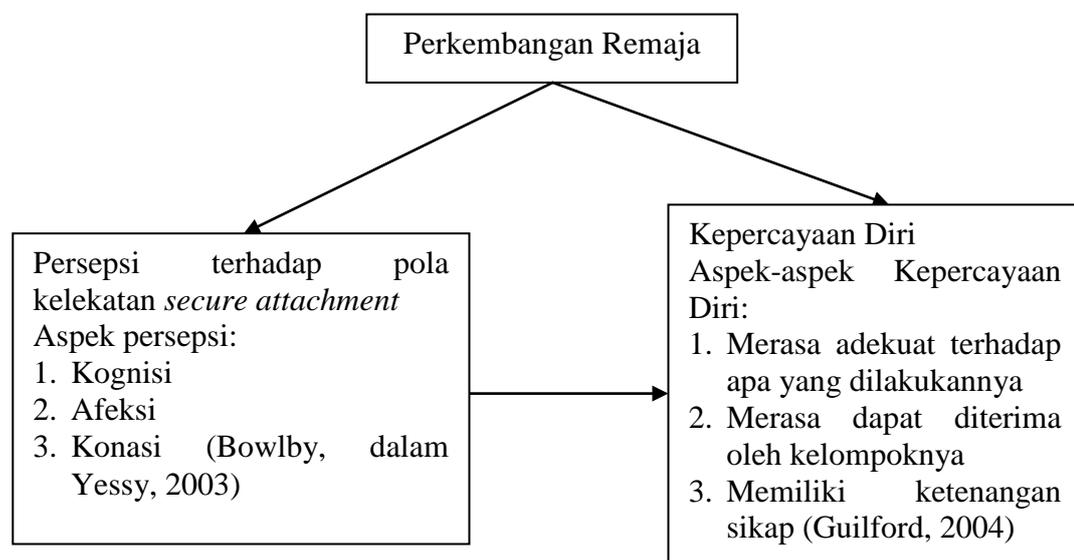
Perbedaan gaya kelekatan akan menyebabkan perbedaan persepsi yang besar dalam memandang diri dan orang lain. Branca, Woodworth dan Marquis (dalam Walgito, 2007) menyatakan bahwa persepsi terdiri atas tiga aspek yaitu: aspek kognisi, afeksi dan konasi.

Collin dan Read (1990) mengemukakan bahwa orang yang dikategorikan memiliki kelekatan aman akan mempunyai keberartian diri yang lebih tinggi, lebih percaya diri dalam situasi sosial dan lebih asertif. Orang dengan kelekatan aman mempunyai kepercayaan yang positif tentang dunia sosial, memandang orang lain sebagai orang yang bisa dipercaya. Hasil penelitian Rini (2002) menyimpulkan kelekatan memberikan pengaruh positif terhadap remaja yang mendapatkannya. Satu diantaranya adalah rasa percaya diri.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki persepsi secara positif terhadap *secure attachment* akan memiliki kepercayaan diri yang tinggi.

## F. Kerangka Konseptual

Untuk memperjelas hubungan antara persepsi terhadap pola kelekatan *secure attachment* dengan kepercayaan diri remaja, peneliti membuat sebuah bagan sebagai berikut:



## G. Hipotesis

Berdasarkan rumusan di atas, maka dapat dirumuskan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah: “Ada hubungan yang positif antara persepsi terhadap pola kelekatan *secure attachment* dengan kepercayaan diri”. Dengan asumsi semakin positif persepsi terhadap pola kelekatan *secure attachment*, maka semakin tinggi tingkat kepercayaan diri, dan sebaliknya semakin negatif persepsi terhadap pola kelekatan *secure attachment*, maka semakin rendah tingkat kepercayaan diri.