

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Sejalan dengan perkembangan zaman di era globalisasi ini, banyak sekali perubahan-perubahan yang terjadi pada diri individu maupun lingkungan sekitarnya. Hal ini dapat disebabkan oleh kesenjangan ekonomi yang semakin jelas, informasi dari luar tanpa adanya saringan, terbatasnya peluang kerja, meningkatnya agresifitas manusia, dan lain-lain. Faktor-faktor di atas dapat mengakibatkan keadaan positif maupun negatif. Keadaan positif tersebut dapat membuat individu semakin terpacu dalam memanfaatkan kesempatan, sedangkan keadaan negatif justru membuat individu dapat bersikap pesimis, tidak percaya diri, acuh, stres; bahkan frustrasi.

Frustrasi dapat menimbulkan penderitaan berat pada seseorang dan membuat orang tersebut tidak bergairah. Frustrasi juga dapat menghilangkan kesempatan emas, yang mungkin hanya diperoleh sekali dalam seumur hidup. Tidak semua orang merasa kuat ketika mengalami frustrasi, karena ternyata banyak juga orang yang rentan terhadap frustrasi ini.

Dalam sebuah survey terhadap 371 pasien sebuah rumah sakit jiwa, Rogus (dalam Reis, 1992) mendapatkan bahwa 38% dari penderita disebabkan oleh frustrasi. Mereka mengalami banyak tekanan yang tidak sanggup mereka selesaikan, semakin hari mereka mengalami kesulitan pada diri mereka. Kenyataan yang dihadapi tidak lagi sanggup memenuhi hasrat mereka. Mereka merasa semakin terasing dengan keadaan, sehingga mengakibatkan rasa putus asa dan frustrasi.

Frustrasi, seperti yang diketahui adalah kegagalan memperoleh sesuatu yang diharapkan, sehingga menimbulkan kekecewaan pada diri orang tersebut. Adapun Savage (1990) menyebut frustrasi sebagai “kekecewaan berat” yang dialami oleh individu karena disebabkan tidak sesuainya harapan dan kenyataan. Kekecewaan berat ini membebani batin individu sehingga muncul reaksi berupa malas, sedih, apatis, atau pasif.

Harris (1998) menyatakan bahwa frustrasi bukan sekedar hal biasa yang dapat diterima oleh semua orang. Seorang individu dapat menangkap gejala frustrasi yang terjadi. Oleh karena itu, sebaiknya individu tersebut mempersiapkan bantuan guna mencegah agar frustrasi tidak berlarut sampai membawa efek serius pada diri individu tersebut. Selanjutnya Harris (1998) mengatakan bahwa akibat yang timbul bila seseorang mengalami frustrasi ini terkadang dapat diketahui, namun tidak sedikit pula yang sulit diterka. Banyak kejadian di lingkungan sekitar yang timbul akibat frustrasi, seperti gila dan bunuh diri.

Pada remaja, di mana keadaan mereka masih labil, mudah sekali terpengaruh oleh hal-hal yang menimbulkan sensasi. Remaja akan mudah hanyut oleh perasaannya, mudah terpancing emosinya, dan mudah pula terpengaruh oleh keadaan lingkungan. Semua keadaan tersebut di atas mudah sekali membuat remaja frustrasi bila remaja tidak mampu menahan diri dan mengendalikan emosi. Kekuatan menahan diri ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, di antaranya yang paling berperan adalah religiusitas. Pada remaja yang telah tertanam secara kuat religiusitas dalam dirinya, dapat mengantisipasi munculnya frustrasi dengan melakukan ibadah secara khusus,