

# BAB I

## PENDAHULUAN

### **A.Latar Belakang Permasalahan**

Kehidupan ini merupakan rahasia tuhan, yang tidak satu orangpun dapat mengetahuinya. Belakangan ini banyak bencana yang terjadi bencana tersebut menimbulkan efek perkembangan psikologis yang kurang baik serta trauma bagi yang mengalaminya. Saat ini sudah banyak bencana alam yang terjadi di Indonesia mulai dari tsunami, gempa, banjir dan gunung meletus. Teori bencana didefinisikan sebagai suatu gangguan serius terhadap keberfungsian suatu masyarakat, sehingga menyebabkan kerugian yang meluas pada kehidupan manusia dari segi materi, ekonomi atau lingkungan dan yang melampaui kemampuan masyarakat yang bersangkutan untuk mengatasi dengan menggunakan sumberdaya mereka sendiri (UNISDR *Terminology on Disaster Risk Reduction* 2009).

Seperti halnya Bencana Gunung Sinabung yang terjadi di Sumatra Utara. Gunung Sinabung adalah gunung berapi di dataran tinggi Karo, Kabupaten Karo Sumatra Utara yang ketinggian gunung ini adalah 2460 M gunung ini tidak pernah tercatat meletus sejak tahun 1600 tetapi memdadak aktif kembali pada tahun 2010 mengeluarkan asap dan abu vulkanis sejak itu status gunung sinabung dinaikan menjadi awas. Pada tahun 2013 Gunung Sinabung meletus kembali, letusan pertama melepaskan abu vulkanik. Erupsi (letusan) terjadi lagi 4 kali dan pada

tahun 2014 gunung sinabung mengeluarkan awan panas yang menyebabkan 14 orang tewas dan 3 orang luka-luka. Karena kondisi lingkungan yang tidak memungkinkan para warga yang tempat tinggalnya di dekat gunung sinabung radius 5 KM harus di evakuasi di 24 titik pengungsian yang disediakan oleh bupati Karo. Dan sudah banyak warga yang diungsikan mulai dari lansia, orang dewasa, remaja dan anak-anak. Jumlah pengungsi terakhir 27.671 orang menurut data TribunNews.com (18 January 2014).

Tentu saja bencana erupsi Sinabung ini menjadi sebuah kendala atau masalah bagi warga yang diungsikan, karena mereka telah kehilangan harta benda dan tidak dapat beraktifitas normal seperti biasanya. Menurut (BritaSore.com) kerugian tanaman pangan akibat erupsi sinabung capai 1568 triliun.

Sebagian besar pengungsi mengalami tekanan psikologis akibat bencana seperti stress, tertekan di tempat pengungsian dan pesimis. Masalah-masalah psikologis yang dialami para pengungsi ini lah yang mengakibatkan banyaknya kerugian dari terhambatnya peluang untuk mengembangkan diri dan menghadapi masa depan.

Erupsi yang terjadi dari Gunung Sinabung tidak dapat dihindari, individu yang mengalami musibah sebaiknya untuk sementara waktu mencari tempat yang jauh dari musibah tersebut, hal ini dilakukan agar mereka dapat memperoleh rasa aman serta dapat mengatasi masalah-masalah psikologis. Hal ini senada dengan yang dikatakan oleh Megawati dan Amril (dalam Darmayanti, 2008) bahwa setelah masa-masa sulit pasca bencana, mereka membutuhkan tempat atau apa saja yang dapat mereka andalkan untuk memperoleh rasa aman, diterima dihargai

dan apa saja yang dilakukan mereka dianggap berarti, selain itu mereka juga membutuhkan tempat yang dapat di prediksi terstruktur dan stabil.

Banyak tempat yang diberikan oleh Bupati tanah Karo sebagai tempat pengungsian korban bencana alam erupsi gunung sinabung. Terdapat 42 titik pengungsian dan terdapat di daerah kebanjahe (Media Center). Salah satu tempat yang menampung korban yang mengalami musibah tersebut adalah di Paroki Gereja Khatolik Kabanjahe. Di pengungsian terdapat beberapa kepala keluarga diantaranya: lanjut usia, dewasa, ibu hamil, balita, anak-anak dan remaja.

Dampak yang diakibatkan oleh erupsi Gunung Sinabung ini membuat para korban dipengungsian menjadi bingung, timbulnya perilaku-prilaku aneh akibat tekanan yang dihadapinya, seperti kebingungan, sedih, takut, merasa kehilangan, tidak lagi memiliki harapan dan semangat hidup. Seperti yang dikemukakan (Midicastore, 2006) bahwa terdapat beberapa gejala stress pasca trauma, yaitu respon emosi yang tumpul, lepas, atau berkurang, merasa bahwa dirinya tidak nyata, tidak mampu mengingat bagian yang penting dari peristiwa traumatik itu sendiri.

Mereka merasa masalah yang mereka alami saat ini akan berlangsung sangat lama kisaran waktu 10-15 tahun. Berdasarkan wawancara bahwa rumah dan ladang mereka sudah tertutupi abu vulkanik setebal 30 cm sampai tidak dapat dilalui oleh orang berjalan kaki karena kakinya dapat terendam kedalam. Rumah mereka banyak yang roboh dan ladang habis terbenam oleh abu vulkanik. Menurut mereka butuh waktu yang sangat lama untuk pemulihan kembali, tidak

ada yang dapat mereka lakukan saat ini selain menunggu bantuan dari pemerintah. Karena mereka sudah hilang rumah dan sumber penghasilan.

Bencana yang terjadi tidak hanya dirasakan oleh orang dewasa dan paruh baya tapi juga dirasakan oleh anak-anak dan remaja. Bagi remaja terjadinya bencana alam memungkinkan terjadinya perubahan psikologis secara mendadak.

Pada masa remaja banyak terjadi masalah yang diakibatkan oleh tingkah laku remaja yang masih labil dan belum dapat menyesuaikan diri dengan berbagai tuntutan dari lingkungan (Willis, dalam Darmayanti, 2007) hal ini dapat dilihat pada anak remaja di pengungsian korban erupsi gunung sinabung mereka merasa sudah tidak ada harapan lagi untuk dapat kembali ke kampungnya dan bersekolah seperti biasa lagi. Mereka bingung, cemas dan takut akan nasib mereka kedepannya seperti apa. Menurut (Kartono, 1992) pada masa Pra-pubertas anak akan sering merasa bingung, cemas, gelisa, takut, gelap hati, risau, sedih hati dan lain-lain.

Berdasarkan wawancara yang telah saya lakukan bahwa mereka tidak akan melanjutkan pendidikan mereka kejenjang yang lebih tinggi, karena sudah tidak ada biaya, jadi dari pada kuliah lebih bagus membantu ibu dan bapak mencari uang. Mereka merasa bahwa saat ini dapat bersekolah karena beasiswa yang diberikan pemerintah, kalau tidak tentu saja mereka tidak dapat melanjutkan sekolah. Kondisi fisik yang menurun akibat abu vulkanik dari gunung sinabung membuat mereka tidak dapat berbuat apa-apa selain berdiam dalam pengungsian, selain itu mereka juga harus menggunakan masker kemana-mana. Keadaan seperti ini yang membuat mereka hanya pasrah dan tidak tahu harus berbuat apa.

Tidak hanya itu saja, mereka juga merasa asing dan tidak nyaman setiap kali bermain dan berkumpul dengan teman-temannya di pengungsian. Terlebih lagi mereka sering di beda-bedakan oleh penduduk setempat antara anak-anak penduduk setempat dengan anak-anak pengungsian. Mereka selalu diusir setiap kali mereka ingin bermain bersama dengan anak-anak penduduk setempat. Yang pada akhirnya membuat mereka marah, sedih, kecil hati dan merasa kalau tidak ada lagi harapan untuk kedepannya.

Mereka hanya menginginkan untuk segera direlokasikan ketempat yang lebih nyaman dan layak. Mereka pasrah dengan keadaan yang saat ini, mereka tidak lagi dapat melanjutkan pendidikan mereka kejenjang yang lebih tinggi lagi dan harus menyelesaikan sekolah mereka dengan menumpang disekolah orang lain. Karena sekolah mereka sudah tertutup abu sehingga tidak dapat digunakan lagi dan telah kehilangan rumah dan ladang sebagai penghasilan mereka.

Keberhasilan pada remaja dalam beradaptasi di lingkungan yang baru dipengaruhi disiplin diri dan mengenali diri sendiri dengan lebih baik juga dengan memelihara sikap positif, yaitu merasa yakin bahwa masalah yang dihadapi dapat teratasi. Paling tidak remaja harus merasa yakin akan menemukan pemecahan untuk memperoleh hasil terbaik yang mungkin dicapai dalam kondisi yang ada tanpa pernah merasa takut gagal. Terutama pada masa-masa saat ini, sikap positif ini sangat perlu untuk ditanamkan kedalam diri remaja agar dapat meraih sukses nantinya.

Dengan berbagai masalah yang mereka hadapi menimbulkan berbagai macam ketegangan psikologis. Disatu sisi mereka harus menjalani kehidupan baru setelah mengalami trauma akibat musibah yang mereka hadapi dan satu sisi

lain mereka menghadapi pada periode perkembangan remaja yang memiliki berbagai macam problem. Sehingga kehidupan yang dialami remaja di pengungsian adalah suatu kesulitan atau kendala yang harus dihadapi dengan menanggapi dan menghadapi suatu permasalahan dengan keyakinan penuh untuk menang, tanpa pernah merasa kehilangan harapan dan bersikap optimis dalam menjalankan kehidupan.

Seseorang akan berfikir jika sedang menghadapi suatu permasalahan dan tujuan berfikir adalah memecahkan masalah tersebut. Dalam berfikir ini, seseorang bisa memunculkan suatu optimis dalam dirinya untuk memecahkan permasalahan atau persoalan hidupnya, sehingga rasa optimis saat ini sangat dibutuhkan untuk membangkitkan harapan yang positif untuk masa depan remaja.

Optimisme adalah kebiasaan berfikir tentang penyebab sesuatu peristiwa tentang bagaimana seseorang menjelaskan peristiwa-peristiwa yang menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan. Kebiasaan berfikir menurut Sligman disebut *Explanatory style*, *explanatory style* ini berkembang dimasa anak-anak penting dipahami bahwa pemikiran (*beliefs*) yang bersifat menyeluruh, setiap orang memiliki pemikiran yang bercorak optimis maupun pesimis yang membedakannya adalah derajat, seseorang yang yang kehidupannya menengah keatas mereka lebih optimis dalam memandang suatu hal, karena mereka merasa mampu dan menganggap mudah semua hal, sedangkan individu yang kedudukannya berada pada tingkat menengah bawah mereka cenderung lebih pesimis dalam menghadapi hidup, karena mereka merasa tidak mampu untuk menyelesaikan permasalahan yang mereka hadapi. Sehingga mereka lebih pesimis

pada kenyataan yang ada karena mereka tidak mempunyai apa-apa yang mereka andalkan.

Seligman (1991) mendefinisikan sikap optimis sebagai suatu sikap yang mengharapkan hasil yang positif dalam menghadapi masalah, dan berharap untuk mengatasi stress dan tantangan sehari-hari secara efektif. Terbentuknya pola pikir optimis tergantung juga pada cara pandang seseorang pada perasaan dirinya bernilai atau tidak. Perasaan bernilai dan berarti biasanya tumbuh dari pengakuan dan lingkungan. Optimisme yang tinggi yang berasal dari dalam diri individu dan dukungan yang berupa penghargaan dari orang-orang tertentu membuat individu merasa dihargai dan berarti. Kebiasaan berpikir optimis itu bisa dipelajari oleh siapa saja, sebab tidak ada seorangpun yang ingin menjadi pesimis.

Orang yang optimis dapat lebih siap membuat pengukuran yang realitis atas suatu kemunduran dan mengakui peran mereka dalam kegagalan tersebut. Orang optimis memandang dirinya sebagai orang yang mampu mengubah sesuatu menjadi lebih baik, sebagai orang yang optimis kegagalan hanya pelajaran yang harus dimanfaatkan guna menghadapi ronde berikutnya. Sedangkan orang yang pesimis tidak yakin akan mengendalikan diri sendiri maupun individu lain serta lingkungan sekitar.

Sikap optimis sangat dibutuhkan karena berpengaruh terhadap cara berfikir, bagaimana mengatasi masalah yang dihadapi dan mengatasi kejadian yang membuat individu tersebut mengalami sesuatu kejadian yang tidak menyenangkan. Individu yang selalu berfikir optimis akan memusatkan pada kesuksesan dalam menyelesaikan masalah, menjauhkan diri dari perasaan takut

akan kegagalan. Individu tersebut juga akan melihat pada kekuatan diri dengan dasar pemikiran bahwa setiap manusia sama berarti dengan orang lain, disamping itu individu akan mampu menyesuaikan diri pada kenyataan, menjauhkan diri penyesalan, frustrasi dan hal-hal yang menimbulkan perasaan tidak menyenangkan.

Harapan optimis juga berfungsi sebagai *energizer* (gaya penggerak) dalam menyelesaikan masalah, membangun dan memperbaiki keadaan diri. Dengan harapan yang tinggi memang tidak secara otomatis membuat menang tetapi kalau tanpa harapan, sudah kalah sebelum melangkah.

Sikap optimis tidak akan membiarkan seseorang terombang-ambing dalam suasana hati yang negatif seperti rasa cemas, marah, depresi dan kebencian yang tidak tentu terhadap diri dan lingkungan. Selain itu sikap optimis akan melatih diri menghadapi situasi buruk dengan rasional, sehingga dapat menghadapi proses perubahan untuk lebih fokus terhadap masalah daripada terbelenggu pada situasi buruk.

Optimis individu teruji terutama pada saat kehilangan dan dalam menghadapi masalah tersebut. Hasil penelitian (Scheir dkk) bahwa optimis merupakan prediktor yang kuat bagi keberhasilan individu dalam beradaptasi dengan lingkungannya. Orang yang optimis cenderung berorientasi coping yang berpusat pada masalah dan memperhatikan aspek-aspek positif dari konsep diri, sebaliknya orang yang pesimis akan memusatkan perhatian pada perasaan-perasaan negatif dan menjauh dari permasalahan masalah.

Banyak faktor lain yang mempengaruhi optimis seseorang dalam menghadapi tantangan, kendala dan permasalahan, antara lain adalah unsur

kepribadian, unsur bawaan, pengaruh lingkungan, kemampuan kognitif, keterampilan sosial, konsep diri dan lain sebagainya (Partosuwido, 1992).

Konsep diri pada dasarnya merupakan pengertian dan harapan seseorang mengenai bagaimana seseorang itu memandang dirinya, diri yang dicita-citakan dan bagaimana dirinya dalam realita yang sesungguhnya baik secara fisik maupun psikologik (Hurlock, 1978).

Tantangan, kendala dan permasalahan yang dihadapi remaja bisa saja diatasi jika remaja mempunyai kemampuan menanamkan konsep diri melalui proses lingkungan dimungkinkan remaja melakukan identifikasi terhadap kondisi atau keadaan lingkungan, baik itu melalui diri sendiri maupun teman-teman sekitarnya. Proses identifikasi dapat membantu remaja untuk mengenali dirinya lebih baik. Pengenalan diri yang baik akan membuat remaja merasa yakin dengan kemampuan yang dimilikinya. Hal tersebut, membuat remaja secara individu mampu mengoptimalkan kemampuannya, sehingga remaja mempunyai banyak kesempatan untuk mengasah, melatih dan mengembangkan konsep dirinya. Semakin banyak atau sering kemampuan mengasah, melatih dan mengembangkan konsep diri, maka akan semakin tinggi optimisme yang akan dimiliki oleh remaja.

Rogers (dalam Juriana, 2000) mendefinisikan konsep diri ke dalam dua bagian yaitu konsep diri yang positif dan konsep diri yang negatif. Konsep diri yang positif yaitu berhubungan erat dengan kemampuan menyesuaikan diri dengan baik, pengetahuan yang luas, harga diri yang tinggi, tidak mudah menyerah, selalu ingin mencoba pengalaman baru yang dianggapnya berguna dan memiliki pola perilaku optimis. Sedangkan konsep diri yang negatif akan

membuat individu merasa dirinya tidak diperlukan, tidak diterima, tidak kompeten, menganggap dirinya kurang mampu, takut menghadapi hal-hal baru dan kurang berani memenuhi tuntutan hidupnya serta sering bersikap defensif dan menyalakan orang lain.

Berbagai kelemahan yang dimiliki remaja yang konsep dirinya rendah atau negatif ini, akan menghambat perkembangan emosi. Dengan beranggapan bahwa orang lain tidak menyukai dirinya, peka terhadap kritik yang diberikan teman-teman, dan pesimis terhadap hidup yang dihadapi. Remaja yang mengalami kegagalan, tidak disebabkan oleh karena tingkat intellegensi yang rendah atau keadaan fisik yang lemah tetapi oleh karena perasaan kurang mampu untuk berperilaku optimis.

Konsep diri memegang peranan penting dalam bentuk apapun. Bentuk atau kualitas interaksi dapat berubah, karena konsep diri bersifat tidak stabil, dapat berubah sesuai dengan pengalaman hidup seseorang. Melalui konsep diri, individu dapat memperoleh gambaran tentang dirinya secara utuh, ia harus dan mengerti apa yang akan dijalaninya dan diinginkannya sehingga ia berusaha untuk mewujudkannya.

Saam (1988) memandang bahwa konsep diri mempengaruhi perilaku seseorang, antara lain penyesuaian diri, pelaksanaan tugas dalam meraih keberhasilan, dan mendorong rasa optimis. Jadi konsep diri meliputi apa yang dipikirkan dan apa yang dirasakan tentang diri individu sendiri.

Berdasarkan uraian-uraian latar belakang diatas, maka dapat disimpulkan bahwa peran konsep diri sangat penting dalam pembentukan sikap optimis pada remaja di pengungsian korban bencana erupsi gunung sinabung. Permasalahan yang

diajukan adalah bagaimanakah kontribusi konsep diri terhadap optimisme remaja di pengungsian korban erupsi gunung sinabung, apakah konsep diri bisa memicu timbulnya optimisme dalam diri remaja dan apakah optimisme yang rendah akan mempengaruhi remaja dalam mempengaruhi remaja dalam menyelesaikan masalahnya, dengan kata lain optimisme dan konsep diri yang tinggi merupakan unsur yang signifikan dalam usaha menciptakan kehidupan sosial yang memuaskan pada remaja di pengungsian.

### **B. Identifikasi Masalah**

Yang saya teliti dalam penelitian ini adalah hubungan antara konsep diri dan optimisme pada remaja di pengungsian korban erupsi gunung sinabung. Yang menjadi subjek penelitian ini adalah remaja di pengungsian korban erupsi gunung sinabung. Remaja adalah suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual.

Yang ingin di ungkap oleh penelitian adalah konsep diri dan optimisme. Konsep diri adalah pengertian dan harapan seseorang mengenai bagaimana diri yang dicita-citakan, diri dalam realita yang sesungguhnya baik secara fisik, sosial, psikologis, yang diperoleh melalui pengalaman dan interaksi individu dengan orang lain, dan bagaimana individu membandingkan dirinya dengan orang lain dengan sesuatu hal ideal yang ditetapkan. Optimisme adalah suatu sikap untuk berfikir secara positif dan mengharakan hasil yang positif, mempunyai kepercayaan diri, serta berusaha menggali yang terbaik dalam diri sendiri dan mengharapkan hasil yang terbaik dari suatu situasi.

### **C. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini „Apakah ada hubungan antara konsep diri dengan optimisme pada remaja di pengungsian korban erupsi gunung sinabung?“

### **D. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan optimisme pada remaja di pengungsian korban erupsi gunung sinabung.

### **E. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini nantinya akan bermanfaat baik secara teoritis maupun secara praktis.

#### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan bagi khasanah ilmu psikologi dan bidang psikologi perkembangan khususnya, terutama yang berkaitan dengan konsep diri dan optimisme pada remaja sehingga dapat bermanfaat sebagai bahan referensi bagi penelitian selanjutnya yang terkait dengan konsep diri dan optimisme.

#### **2. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber informasi bagi pemimpin atau pengelola lembaga pengungsian korban bencana alam berkaitan dengan optimisme yang dimiliki para remaja yang tinggal di pengungsian. Selanjutnya, jika terbukti ada hubungan antara konsep diri dan optimisme, maka diupayakan usaha-usaha untuk memperbaiki konsep diri agar bisa mengembangkan dan membentuk optimisme pada remaja.