

Sebagai gambaran kepada siswa dan instansi yang menaungi siswa SMAN 2 Padang Sidempuan tentang kompetensi sosial dan strategi menyelesaikan masalah, agar dapat melakukan kegiatan yang dapat meningkatkan kemampuan para siswa. Serta penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan pendidik, dan orangtua mengenai kompetensi sosial dalam kaitannya dengan strategi menyelesaikan masalah.



## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Remaja**

## 1. Pengertian Remaja

WHO, *World Health Organization* (Dalam Dariyo, 2007) mendefinisikan remaja lebih bersifat konseptual, ada tiga kriteria yaitu biologis, psikologik, dan sosial ekonomi, dengan batasan usia antara 10 – 20 tahun, yang secara lengkap defenisi tersebut berbunyi sebagai berikut :

- a. Individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai pada saat ia mencapai kematangan seksual.
- b. Individu mengalami perkembangan psikologik dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa.
- c. Terjadi peralihan dari ketergantungan sosial-ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relatif lebih mandiri.

Masa remaja (*Adolescence*) dimulai kira-kira antara usia 10 – 13 tahun dan berakhir kira-kira antara usia 18-22 tahun (Santrock, 2003). Windradini (dalam Ghozally, 2006) membagi masa remaja menjadi : masa remaja awal (*early adolsence*) 13 – 17 tahun, dan masa remaja akhir (*late adolescence*) 17 – 21 tahun.

Dari uraian di atas, defenisi perkembangan remaja dapat disimpulkan dalam 2 penggambaran remaja yaitu : masa remaja awal yang dimulai kira-kira pada usia 10 – 13 tahun dan masa remaja akhir yang dimulai kira-kira pada usia 17 – 22 tahun.

## 2. Aspek Perkembangan Remaja

Perkembangan pada remaja merupakan proses untuk mencapai kematangan dalam berbagai aspek sampai tercapainya tingkat kedewasaan. Proses ini adalah sebuah proses yang memperlihatkan hubungan erat antara perkembangan aspek fisik dengan psikis pada remaja. Ada beberapa perkembangan secara fisik dan psikis yang terjadi pada masa ini, seperti :

a. Perkembangan fisik

Perubahan tubuh atau perkembangan fisik remaja ini disertai dengan perkembangan bertahap dari karakteristik seksual primer dan karakteristik seksual sekunder. Karakteristik seksual primer mencakup perkembangan organ-organ reproduksi, sedangkan karakteristik seksual sekunder mencakup perubahan dalam bentuk tubuh sesuai dengan jenis kelamin misalnya, pada remaja putri ditandai dengan *menarche* (menstruasi pertama), tumbuhnya rambut-rambut pubis, pembesaran buah dada, panggul, sedangkan pada remaja putra mengalami *pollutio* (mimpi basah pertama), pembesaran suara, tumbuh rambut-rambut pubis, tumbuh rambut pada bagian tertentu seperti di dada, di kaki, kumis dan sebagainya (Santrock, 2003).

b. Perkembangan Kepribadian

Ketika memasuki masa pubertas, setiap anak telah mempunyai sistem kepribadian yang merupakan pembentukan dari perkembangan selama ini. Di luar sistem kepribadian anak seperti perkembangan ilmu pengetahuan dan informasi, pengaruh media massa, keluarga, sekolah, teman sebaya, budaya,

agama, nilai dan norma masyarakat tidak dapat diabaikan dalam proses pembentukan kepribadian tersebut.

c. Perkembangan emosi

Chaplin (1989) dalam *Dictionary of Psychology* mendefinisikan emosi sebagai suatu keadaan yang terangsang dari organisme mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya dari perubahan perilaku. Selanjutnya Chaplin membedakan emosi dengan perasaan (*feelings*) adalah pengalaman disadari yang diaktifkan baik oleh perangsang eksternal maupun oleh bermacam-macam keadaan jasmaniah. Dari penjelasan di atas, diketahui bahwasanya perasaan termasuk ke dalam emosi atau menjadi bagian emosi. Menurut Goleman (dalam Ali, 2005) sesungguhnya ada ratusan emosi bersama dengan variasi, campuran, mutasi dan nuansanya sesungguhnya makna yang dikandungnya lebih banyak, lebih kompleks dan lebih halus daripada kata dan definisi yang digunakan untuk menjelaskan emosi. Emosi remaja cenderung berkobar-kobar, namun pengendalian dirinya belum sempurna, remaja juga sering mengalami perasaan tidak aman, tidak tenang, serta khawatir kesepian.

d. Perkembangan interaksi sosial remaja

Homans (dalam Ali, 2005) mendefinisikan interaksi sebagai suatu kejadian ketika suatu aktivitas atau sentimen yang dilakukan oleh seseorang terhadap individu lain diberi ganjaran (*reward*) atau hukuman (*punishment*) dengan menggunakan suatu aktivitas atau sentimen yang dilakukan oleh

individu lain yang menjadi pasangannya. Jadi, konsep yang dikemukakan oleh Homans (dalam Ali, 2005) mengandung pengertian bahwa suatu tindakan yang dilakukan oleh seseorang dalam suatu interaksi merupakan suatu stimulus bagi tindakan yang menjadi pasangannya. Interaksi sosial remaja sangat berhubungan erat dengan *peer group*-nya, dimana ia merupakan faktor yang mempengaruhi terjadinya konformitas pada remaja.

e. Perkembangan moral remaja

Perkembangan moral seseorang dipengaruhi oleh lingkungannya dimana ia memperoleh nilai-nilai moral dari lingkungan dan orangtuanya tersebut. Dia belajar untuk mengenal nilai-nilai sesuai dengan nilai-nilai tersebut. Dalam mengembangkan moral anak, peranan orangtua sangatlah penting, terutama pada waktu anak masih kecil. Namun, di saat masa remaja tiba teman sebaya merupakan bagian yang tidak bisa terpisahkan darinya. Karena pada masa remaja, teman sebaya adalah bagian dari hidupnya yang merupakan contoh atau panutan bagi para remaja itu sendiri. Dimana moralitas remaja cenderung memiliki banyak konflik yang disebabkan dari ketidakkonsistenan cara berpikir yang akhirnya dapat berakibat buruk pada proses penalaran siswa (Ali, 2005).

Dari penjabaran di atas, dapat disimpulkan bahwa, masa remaja merupakan masa transisi yang berhubungan dengan aspek perkembangan diri seorang remaja baik secara fisik maupun secara psikis, diantaranya adalah perkembangan fisik, perkembangan kepribadian, perkembangan emosional perkembangan interaksi sosial dan perkembangan moral remaja.

### 3. Tugas Perkembangan Remaja

Masa remaja merupakan masa belajar untuk tumbuh dan berkembang dari anak menjadi dewasa. Masa belajar ini disertai dengan tugas-tugas, yang dalam istilah psikologi dikenal dengan istilah tugas perkembangan. Istilah tugas perkembangan digunakan untuk menggambarkan harapan masyarakat terhadap suatu individu untuk melaksanakan tugas tertentu pada masa usia tertentu sehingga individu itu dapat menyesuaikan diri dalam masyarakat (Ali, 2005).

Tugas perkembangan yang harus diselesaikan oleh remaja tidak sedikit. Sejalan dnegan perubahan-perubahan yang terjadi dalam diri remaja, mereka juga dihadapkan pada tugas-tugas yang berbeda dari tugas pada masa kanak-kanak. Sebagaimana diketahui, dalam setiap fase perkembangan, termasuk pada remaja, individu memiliki tugas-tugas perkembangan yang harus dipenuhi. Apabila tugas-tugas tersebut berhasil diselesaikan dengan baik, maka akan tercapai kepuasan, kebahagiaan dan penerimaan dari lingkungan (Ali, 2005).

Keberhasilan individu memenuhi tugas-tugas itu juga akan menentukan keberhasilan individu memenuhi tugas-tugas perkembangan pada fase berikutnya. Pada usia atau fase remaja, tugas-tugas perkembangan yang harus dipenuhi adalah sebagai berikut (Havighurst dalam Dariyo, 2007) :

- a. Mencapai hubungan yang baru dan lebih masak dengan teman sebaya baik sesama jenis maupun lawan jenis
- b. Mencapai peran sosial maskulin dan feminim
- c. Menerima keadaan fisik dan dapat mempergunakannya secara efektif

- d. Mencapai kemandirian secara emosional dari orangtua dan orang dewasa lainnya
- e. Mencapai kepastian untuk mandiri secara ekonomi

Tidak semua remaja dapat memenuhi tugas-tugas tersebut dengan baik. Ada beberapa masalah yang dialami remaja dalam memenuhi tugas-tugas tersebut (Ali, 2005), seperti :

- a. Masalah pribadi, yaitu masalah-masalah yang berhubungan dengan situasi dan kondisi di rumah, sekolah, kondisi fisik, penampilan, emosi, penyesuaian sosial, tugas dan nilai-nilai.
- b. Masalah khas remaja, yaitu masalah yang timbul akibat status yang belum jelas.

Uraian di atas memberikan gambaran betapa majemuknya masalah yang dialami remaja masa kini. Tekanan-tekanan sebagai akibat perkembangan fisiologis pada masa remaja, ditambah dengan tekanan akibat perubahan kondisi sosial budaya serta perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang demikian pesat seringkali mengakibatkan timbulnya masalah-masalah psikologis berupa gangguan penyesuaian diri atau gangguan perilaku pada remaja itu sendiri.

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa pada masa remaja terdapat tugas-tugas, diantaranya adalah mencapai hubungan yang baru dan lebih masak dengan teman sebaya baik sesama jenis maupun lawan jenis, mencapai peran sosial maskulin dan feminim, menerima keadaan fisik dan dapat mempergunakannya secara efektif, mencapai kemandirian secara emosional dari orangtua dan dewasa lainnya, mencapai kepastian untuk mandiri secara ekonomi,

memilih pekerjaan dan mempersiapkan diri untuk bekerja, mempersiapkan diri untuk memasuki perkawinan dan kehidupan keluarga, mengembangkan kemampuan dan konsep-konsep intelektual untuk tercapainya kompetensi sebagai warga negara, menginginkan dan mencapai perilaku yang dapat dipertanggungjawabkan secara sosial, serta memperoleh rangkaian sistem nilai dan etika sebagai pedoman perilaku.

## **B. Strategi Menyelesaikan Masalah**

### **1. Pengertian Penyelesaian Masalah**

Masalah merupakan persoalan-persoalan dalam kehidupan yang timbul dari lingkungan psikis, keluarga dan masyarakat. Persoalan-persoalan itu membutuhkan penyelesaian. Apabila tidak mampu diselesaikan maka akan menjadi penghalang yang memperlancar kelangsungan hidup seseorang (Gunarsa, 1989).

Kartono (1992) menyatakan bahwa setiap masalah yang tidak terselesaikan menimbulkan ketegangan, jika seseorang tidak tahu menghadapi ketegangan maka ia akan mencari jalan keluar yang semu yang akan menimbulkan masalah baru.

Penyelesaian masalah atau *problem solving* dapat didefinisikan sebagai usaha untuk menemukan cara yang tepat guna mencapai suatu tujuan ketika tujuan itu belum tercapai (Santrock, 2003). Sejalan dengan pendapat Hayes (dalam Suharnan, 2005) mengatakan bahwa penyelesaian masalah dianggap sebagai suatu proses mencari atau menemukan jalan yang menjembatani antara keadaan yang sedang dihadapi dengan keadaan yang diinginkan.



Solso (2008) mengatakan bahwa penyelesaian masalah adalah suatu pemikiran yang terarah secara langsung untuk menemukan suatu solusi atau jalan keluar untuk suatu masalah yang spesifik.

Dari penjelasan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa penyelesaian masalah adalah sebuah proses berpikir yang bertujuan untuk mencari, menemukan berbagai macam cara yang tepat dalam menghadapi keadaan yang tidak diinginkan menjadi keadaan yang diinginkan.

## **2. Strategi Menyelesaikan Masalah**

Awal penelitian mengenai strategi menyelesaikan masalah diajukan oleh Freud (dalam Sarwono, 1992) yang menyatakan bahwa strategi menyelesaikan masalah merupakan suatu bentuk pertahanan diri, yang sebagian besar merupakan proses yang tidak disadari.

Menurut Lazarus & Folkman (dalam Rante, 2013) mendefinisikan sebagai suatu proses tertentu yang disertai dengan suatu usaha dalam rangka merubah domain kognitif dan atau perilaku secara konstan untuk mengatur dan mengendalikan tuntutan dan tekanan eksternal maupun internal yang diprediksi akan dapat membebani dan melampaui kemampuan dan ketahanan individu yang bersangkutan. Aldwin & Revenson (dalam Rante, 2013) menyatakan bahwa pengertian strategi penyelesaian masalah merupakan suatu cara atau metode yang dilakukan oleh tiap individu untuk mengatasi dan mengendalikan situasi atau masalah yang dialami dan dipandang sebagai hambatan, tantangan, yang bersifat menyakitkan, serta merupakan ancaman yang bersifat merugikan.

Strategi menyelesaikan masalah merupakan suatu proses dimana individu berusaha untuk menangani dan menguasai situasi stres yang menekan akibat dari masalah yang sedang dihadapinya dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku guna memperoleh rasa aman dalam dirinya (Triyanti, 2006).

Berdasarkan uraian tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa pengertian strategi menyelesaikan masalah adalah suatu usaha individu untuk menyelesaikan masalah atau tekanan yang melebihi kapasitas, yang berasal karena tuntutan dari dalam diri individu dan lingkungan melalui usaha kognitif maupun perilaku langsung yang tepat dan bersifat dinamis.

### **3. Bentuk-bentuk Strategi Penyelesaian Masalah**

Menurut Lazarus and Folkman (Rante, 2013) secara umum membagi strategi penyelesaian masalah kedalam ke dalam dua kategori utama yaitu :

#### *1. Problem focused coping*

yaitu salah satu bentuk coping yang lebih berorientasi pada pemecahan masalah (*problem solving*), meliputi usaha-usaha untuk mengatur atau merubah kondisi objektif yang merupakan hambatan dalam penyesuaian diri atau melakukan sesuatu untuk merubah hambatan tersebut. *Problem focused coping* merupakan strategi yang bersifat eksternal. Dalam *problem focused coping* orientasi utamanya adalah mencari dan menghadapi pokok permasalahan dengan cara mempelajari strategi atau keterampilan-keterampilan baru dalam rangka mengurangi *stressor* yang dihadapi atau dirasakan.

#### *2. Emotion focused coping*

yaitu usaha untuk mengurangi atau mengatur emosi dengan cara menghindari untuk berhadapan langsung dengan stressor. *Emotional focused coping* merupakan strategy yang bersifat internal. Dalam *emotional focused coping*, terdapat kecenderungan untuk lebih memfokuskan diri dan melepaskan emosi yang berfokus pada kekecewaan ataupun distress yang dialami dalam rangka untuk melepaskan emosi atau perasaan tersebut (*focusing on and venting of emotion*). Pendapat di atas sejalan dengan Skinner (dalam Rante, 2013) yang mengemukakan pengklasifikasian bentuk *coping* sebagai berikut:

1. Prilaku *coping* yang berorientasi pada masalah (*problem-focused coping*)
  - a) *Planfull problem solving* (mempertimbangkan)
  - b) *Direct action* (menyelesaikan langsung)
  - c) *Assistance seeking* (mencari sukungan)
  - d) *Information seeking* (mencari informasi)
2. Prilaku *coping* yang berorientasi pada emosi (*emotional-focused coping*)
  - a) *Avoidance* (menghindar)
  - b) *Denial* (menolak)
  - c) *Self-criticism* (menyalahkan diri sendiri)
  - d) *Positive reappraisal* (melihat sisi positif)

#### **4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Strategi Menyelesaikan Masalah**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Search Institute di Minneapolis (dalam Santrock, 2007) ada dua faktor yang mempengaruhi keberhasilan remaja dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi yaitu :

- a. Faktor eskternal, meliputi :

- 1) Dukungan, seperti dukungan keluarga, lingkungan masyarakat dan lingkungan sekolah.
- 2) Pemberdayaan, misalnya remaja tergabung dalam suatu komunitas dan remaja diberi kesempatan untuk memilih peran yang sesuai dengan kemampuan dan keinginannya.
- 3) Batasan-batasan dan harapan, seperti keluarga menetapkan aturan dan konsekuensi yang jelas serta memonitor keberadaan remaja maupun pengaruh positif dari teman sebaya.
- 4) Menggunakan waktu secara konstruktif, seperti terlihat dalam aktivitas kreatif dan berprestasi dalam suatu komunitas atau organisasi.

b. Faktor internal, meliputi :

- 1) Komitmen untuk belajar, seperti motivasi untuk berprestasi di sekolah dan menyelesaikan pekerjaan rumah minimal 1 jam di hari sekolah.
- 2) Nilai-nilai positif, seperti membantu orang lain dan memperlihatkan integritas.
- 3) Kompetensi sosial, seperti mengetahui bagaimana membuat rencana dan keputusan, memiliki kompetensi interpersonal dimana memiliki keterampilan berempati dan bersahabat.
- 4) Identitas positif, seperti memiliki kendali terhadap hidup untuk memiliki harga diri yang tinggi.

Triyanti (2006) cara individu menangani situasi yang mengandung tekanan ditentukan oleh sumber daya individu yang meliputi kesehatan fisik atau energi,

keterampilan memecahkan masalah, keterampilan sosial dan dukungan sosial dan materi.

1. Kesehatan fisik

Kesehatan merupakan hal yang penting, karena selama dalam usaha mengatasi stres individu dituntut untuk mengerahkan tenaga yang cukup besar.

2. Keterampilan menyelesaikan masalah

Keterampilan ini meliputi kemampuan untuk mencari informasi, menganalisa situasi, mengidentifikasi masalah dengan tujuan untuk menghasilkan alternatif tindakan, kemudian mempertimbangkan alternatif tersebut sehubungan dengan hasil yang ingin dicapai, dan pada akhirnya melaksanakan rencana dengan melakukan suatu tindakan yang tepat.

3. Keterampilan sosial

Keterampilan ini meliputi kemampuan untuk berkomunikasi dan bertingkah laku dengan cara-cara yang sesuai dengan nilai-nilai sosial yang berlaku di masyarakat.

4. Dukungan sosial

Dukungan ini meliputi dukungan pemenuhan kebutuhan informasi dan emosional

5. Materi

Dukungan ini meliputi sumber daya berupa uang, barang-barang atau layanan yang biasanya dapat dibeli.

Menurut Parker (dalam Rante, 2013) ketika seseorang melakukan strategi penyelesaian masalah, ada tiga faktor utama yang dapat mempengaruhi. Ketiga hal tersebut adalah :

1. Karakteristik situasional
2. Faktor lingkungan fisik dan psikososial
3. Faktor personal atau perbedaan individu yang mempengaruhi manifestasi *coping* antara lain jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan, tatus sosial ekonomi, persepsi terhadap stimulus yang dihadapi dan tingkat perkembangan kognitif individu.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi strategi penyelesaian masalah yaitu : dukungan, pemberdayaan, batasan dan harapan, kreatif, motivasi, kompetensi sosial, keyakinan atau pandangan positif, kemampuan menyelesaikan masalah, dan materi.

## **5. Jenis Strategi Menyelesaikan Masalah**

Parker (dalam Indirawati, 2006) menemukan tiga dimensi dalam strategi menyelesaikan masalah yaitu selingan (*distraction*), pemecahan masalah (*problem solving*) dan penghiburan diri (*self consolation*). Dimensi selingan berisi aitem-aitem mengenai pencarian tantangan dalam aktivitas baru, menyibukkan diri dalam pekerjaan dan melaksanakan suatu aktivitas baru. Aitem yang termasuk

dalam dimensi penghiburan diri antara lain mendengarkan musik dan kehangatan. Strategi yang dimiliki individu memiliki kekuatan untuk mengontrol keadaan individu yang mengalami tekanan dan permasalahan, dan usaha-usaha yang positif yang dapat dilakukan menjadi bagian dari aspek *coping* yang berorientasi pada kontrol, namun usaha-usaha yang dilakukan dengan cara menghindar atau kompensasi dalam diri individu seperti merokok, terlibat dengan obat-obatan terlarang, maka individu menggunakan *coping* menghindar (*avoidance*).

Lazarus dan Folkman (dalam Indirawati, 2006) mengklasifikasikan strategi menyelesaikan masalah menjadi dua bagian yaitu *Approach-coping* dan *Avoidance-coping*. *Approach-coping* yang disebut juga dengan *problem-focused-coping* (selanjutnya diterjemahkan dengan strategi menyelesaikan masalah yang berorientasi pada masalah atau SMM-M) itu memiliki sifat analitis logis, mencari informasi serta berusaha untuk menyelesaikan masalah dengan penyesuaian yang positif. Sedangkan *Avoidance-coping* yang disebut juga *emotional-focused-coping* (selanjutnya diterjemahkan dengan strategi menyelesaikan masalah yang berorientasi pada emosi atau SMM-E). Berikut ini diuraikan jenis dan beberapa bentuk dari masing-masing strategi menyelesaikan masalah.

#### 1) Strategi menyelesaikan masalah yang berorientasi pada masalah (SMM-M)

Strategi menyelesaikan masalah yang berorientasi pada masalah berpusat untuk mengurangi stresor. Individu mengatasi masalah dengan mempelajari cara keterampilan-keterampilan baru dan individu cenderung menggunakan strategi bila dirinya yakin dapat mengubah situasi, biasanya dilakukan oleh orang dewasa. Jadi SMM-M ditujukan untuk menyelesaikan masalah atau

melakukan sesuatu untuk mengubah sumber tekanan dengan tindakan langsung (Smet, 1994).

Menurut Coyne & Lazarus (dalam Isundariyana, 2005) pengertian strategi menyelesaikan masalah yang berorientasi pada masalah adalah individu menghadapi secara langsung masalah yang menjadi penyebab timbulnya stres, apakah dengan mengubah kognisi, mengubah perilaku, mengelola masalah individu atau dengan mengubah kondisi lingkungan.

## 2) Strategi menyelesaikan masalah yang berorientasi pada emosi (SMM-E)

Strategi menyelesaikan masalah yang berorientasi pada emosi (SMM-E) digunakan untuk mengurangi respon-respon emosional pada stres dengan mengubah pikiran atau perasaan individu terhadap sumber stres tersebut. Bila individu tidak mampu mengubah kondisi yang SMM-E ditujukan untuk mengurangi atau mengatasi tekanan emosional yang berkaitan dengan situasi yang terjadi. Cara ini lebih cenderung muncul pada saat individu merasa bahwa tekanan dipandang sebagai sesuatu yang harus dijalani (Smet, 1994).

Menurut Coyne & Lazarus (dalam Isundariyana, 2005), dalam menyelesaikan masalah, adakalanya individu melakukan mekanisme pertahanan diri, diantaranya :



- a. Represi, yaitu secara sadar melupakan pengalaman yang tidak menyenangkan untuk diingat.
- b. Kompensasi, yaitu berusaha mengimbangi ketidakmampuan yang diamati secara tidak sadar.
- c. Rasionalisasi, yaitu menjadi percaya bahwa suatu kondisi yang bertentangan dengan apa yang diinginkannya.
- d. Sublimasi, yaitu jika individu tidak mampu melakukan sesuatu, maka individu tersebut akan mengimbanginya dengan cara lain.
- e. Identifikasi, yaitu individu menginginkan seperti orang lain dengan menerima standar dan nilainya menjadi standar dengan nilainya sendiri.
- f. Introyeksi, yaitu menerima standar dalam menerima orang lain karena merasa takut untuk tidak sependapat dengan orang lain.
- g. Regresi, yaitu kembali ke perilaku yang berhasil sebelumnya.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa jenis strategi menyelesaikan masalah adalah strategi menyelesaikan masalah yang berpusat pada masalah (SMM-M) dan strategi menyelesaikan masalah yang berpusat pada emosi (SMM-E).

## **6. Aspek-aspek Strategi Menyelesaikan Masalah**

Penelitian menemukan bahwa strategi menyelesaikan masalah pada diri individu berbeda-beda, hal ini dipengaruhi demografi budaya dan lingkungan, seperti usia, jenis kelamin, kondisi ekonomi, pendidikan dan lingkungan sosial individu berada. Punia & Goyal (dalam Isundariyana, 2005).

Aldwin & Revenson (dalam Indirawati, 2006) mengemukakan secara lebih luas bahwa aspek strategi menyelesaikan masalah yang berorientasi pada masalah (SMM-M) adalah :

- a. Kehati-hatian (*cautiouness*). Pengertian dari kehati-hatian adalah ketika individu mengalami masalah, maka individu memikirkan dan mempertimbangkan secara matang beberapa alternatif pemecahan masalah yang mungkin dilakukan, meminta pendapat dan pandangan dari orang lain tentang masalah yang dihadapi, bersikap hati-hati sebelum memutuskan sesuatu dan mengevaluasi strategi yang pernah dilakukan.
- b. Tindakan instrumental (*instrumental action*). Individu mengambil tindakan yang ditujukan untuk menyelesaikan masalah secara langsung serta menyusun rencana serta langkah apapun yang diperlukan. Meliputi usaha-usaha langsung individu menemukan solusi masalahnya, misal dengan menyusun suatu rencana dan kemudian melaksanakan langkah-langkah yang telah direncanakan itu.
- d. Negosiasi (*negotiation*). Individu melakukan usaha-usaha yang ditujukan kepada orang lain yang terlibat atau yang menjadi penyebab masalah yang sedang dihadapinya untuk ikut serta memikirkan atau menyelesaikan masalah. Negosiasi merupakan salah satu taktik dalam SMM-M yan diarahkan langsung pada orang lain yang menjadi penyebab masalah.

Individu mencoba mengadakan kompromi atau mengubah pikiran orang lain demi mendapatkan hal yang positif dari situasi problematik tersebut.

Carver & Scheier (dalam Purnamasari, 2014) mengemukakan aspek-aspek strategi menyelesaikan masalah yang digunakan oleh individu yang termasuk dalam SMM-M adalah :

1. Perilaku aktif (*active coping*), merupakan proses pengambilan langkah-langkah aktif untuk mencoba memindahkan atau menghindari tekanan atau memperbaiki dampaknya. Cara ini melibatkan pengambilan tindakan langsung, peningkatan upaya individu dan mencoba untuk melaksanakan strategi menyelesaikan masalah yang bijak.
2. Perencanaan (*planning*), adalah memikirkan bagaimana mengatasi tekanan. Perencanaan melibatkan strategi-strategi tindakan, memikirkan tindakan yang diambil dan menentukan cara penanganan terbaik untuk memecahkan masalah.
3. Kontrol diri. Individu dapat menahan diri untuk tidak terlibat dalam aktivitas-aktivitas kompetitif atau menahan alur informasi yang bersifat kompetitif agar bisa berkonsentrasi penuh pada tantangan atau ancaman yang dihadapi.
4. Mencari dukungan yang bersifat instrumental, yaitu sebagai nasihat, bantuan dan informasi.
5. Mencari dukungan yang bersifat emosional, yaitu melalui dukungan moral, simpati atau pengertian.

Aspek-aspek dalam SMM-E menurut Aldwin & Revenson (dalam Indirawati, 2006) terdiri dari :

1. Pelarian diri dari masalah (*Escapism*). Individu berusaha menghindari masalah dengan makan, tidur, merokok berlebihan, atau mengandaikan dirinya berada pada situasi lain yang menyenangkan.
2. Pengurangan beban masalah (*Minimization*), meliputi usaha strategi menghadapi masalah yang disadari untuk tidak memikirkan masalah / bersikap seolah-olah tidak ada sesuatu yang terjadi.
3. Menyalahkan diri (*self blame*), merupakan bentuk strategi menghadapi masalah yang lebih diarahkan ke dalam daripada berusaha untuk keluar dari masalah.
4. Pencarian makna (*seeking meaning*), merupakan usaha pencarian makna kegagalan yang dialami dan mencoba untuk menemukan jawaban dari masalah dengan melihat segi-segi penting dalam kehidupan.

Sementara menurut Carver & Scheier (dalam Isundariyana, 2005) aspek yang termasuk dalam SMM-E adalah sebagai berikut :

1. Berpikir positif dan pertumbuhan (*positive reinterpretation and growth*), adalah penanggulangan masalah yang ditujukan untuk mengatasi tekanan emosi daripada dengan tekanan itu sendiri.
2. Penerimaan (*Acceptance*), merupakan sebuah respon strategi menghadapi masalah secara emosional, dengan dugaan bahwa individu yang menerima kenyataan yang penuh tekanan dipandang sebagai individu yang berupaya untuk menghadapi situasi yang terjadi. Penerimaan menggambarkan sikap

menerima suatu tekanan sebagai suatu kenyataan dan sikap menerima karena belum ada strategi aktif menyelesaikan masalah dapat diterapkan.

3. Kembali pada agama (*turning to religion*), merupakan upaya yang dilakukan individu untuk kembali pada agama, ketika berada pada tekanan untuk berbagai macam alasan : agama dapat berperan sebagai sumber dukungan moral, sarana untuk memperkuat sikap berfikir yang positif, sebagai strategi menyelesaikan masalah aktif terhadap tekanan.
4. Berfokus pada pengekspresian perasaannya (*focus on and venting emotion*), merupakan upaya yang dilakukan individu dengan cara mengekspresikan perasaannya.

Carver, dkk (dalam Purnamasari, 2014) menyebutkan aspek-aspek strategi *coping* antara lain:

- a. Keaktifan diri, suatu tindakan untuk mencoba menghilangkan atau mengelabui penyebab stres atau memperbaiki akibatnya dengan cara langsung.
- b. Perencanaan, memikirkan tentang bagaimana mengatasi penyebab stres antara lain dengan membuat strategi untuk bertindak, memikirkan tentang langkah upaya yang perlu diambil dalam menangani suatu masalah.
- c. Kontrol diri, individu membatasi keterlibatannya dalam aktifitas kompetisi atau persaingan dan tidak bertindak terburu-buru.
- d. Mencari dukungan sosial yang bersifat instrumental, yaitu sebagai nasihat, bantuan atau informasi.

e. Mencari dukungan sosial yang bersifat emosional, yaitu melalui dukungan moral, simpati atau pengertian.

f. Penerimaan, sesuatu yang penuh dengan stres dan keadaan yang memaksanya untuk mengatasi masalah tersebut.

g. Religiusitas, sikap individu menenangkan dan menyelesaikan masalah secara keagamaan.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan aspek-aspek strategi menyelesaikan masalah yang berorientasi pada masalah (SMM-M) sebagai berikut: kehati-hatian, tindakan instrumental, negosiasi, perilaku aktif, perencanaan, kontrol diri, mencari dukungan yang bersifat instrumental, mencari dukungan yang bersifat emosional. Sedangkan aspek-aspek strategi menyelesaikan masalah yang berorientasi pada emosi (SMM-E) adalah pelarian diri dari masalah (*Escapism*), pengurangan beban masalah (*Minimization*), menyalahkan diri (*self blame*), pencarian makna (*seeking meaning*), berpikir positif dan pertumbuhan (*positive reinterpretation and growth*), penerimaan (*Acceptance*), kembali pada agama (*turning to religion*), dan berfokus pada pengekspresian perasaannya (*focus on and venting emotion*).

## **C. Kompetensi Sosial**

### **1. Pengertian Kompetensi Sosial**

Kompetensi sosial terdiri dari kata kompetensi dan sosial. Kompetensi adalah kemampuan, kecakapan dan keahlian. Berbagai pandangan dan pengalaman hidup menunjukkan bahwa keberhasilan hidup manusia banyak

ditentukan kemampuan mengelola diri dan kemampuan mengelola hubungan dengan orang lain, salah satu kualitas hidup seseorang yang banyak menentukan keberhasilan dalam menjalin hubungan dengan orang lain adalah kompetensi yang dimilikinya, karena kompetensi sosial berkaitan dengan kemampuan untuk menjalin hubungan dengan sesama, suka menolong, dermawan, empati (Pidada, 2001)

Kompetensi sosial merupakan salah satu bentuk dari keterampilan sosial. Kompetensi sosial menurut Ross-Krasnor (dalam Wardani & Apollo, 2010) sebagai keefektifan dalam berinteraksi sosial dengan orang lain dalam kehidupan sosial. Selanjutnya, Fontana & Cillesen (dalam Wardani & Apollo, 2010) mengungkapkan bahwa kompetensi sosial dapat dilihat sebagai perilaku prososial, altruistik. Menurut Leahly (dalam Wardani & Apollo, 2010) kompetensi sosial merupakan suatu bentuk keterampilan dan pengetahuan untuk melakukan relasi positif dengan orang lain.

Demikian pula dikatakan oleh Hurlock (dalam Pidada, 2001) bahwa kompetensi sosial adalah suatu kemampuan atau kecakapan seseorang untuk berhubungan dengan orang lain dan untuk terlibat dengan situasi sosial yang memuaskan. Adanya kompetensi sosial ini mengakibatkan terjadinya hubungan yang lebih mendalam antar pribadi. Senada yang diungkap oleh Asher dan Parker (dalam Pertiwi, 1999) bahwa kompetensi sosial merupakan komponen integral dari hubungan yang lebih dekat, misalnya persahabatan. Ketika seseorang mulai menjalin hubungan dan dengan kemampuan sosialnya akan memfasilitasi perkembangan hubungan tersebut menjadi hubungan yang erat atau persahabatan.

Kompetensi sosial memegang peran penting bagi perkembangan sosial seseorang sehingga seseorang dapat mengekspresikan perhatian sosial lebih banyak, lebih simpatik dan lebih suka menolong. Kondisi ini membutuhkan individu yang mampu menggunakan keterampilan dan pengetahuan untuk melakukan relasi positif dengan orang lain (Asher dan Loie dalam Pertiwi, 1999).

Hurlock (dalam Adiyanti & Martani, 1991) memaparkan bahwa kompetensi sosial merupakan proses belajar yang diperoleh individu melalui pengalamannya di dalam berinteraksi sosial dengan orang lain. Sebagai makhluk sosial, manusia tidak terlepas dari individu lain karena secara kodrati manusia akan selalu hidup bersama. Keberadaan manusia dalam bertingkah laku seperti mengadakan *problem solving*, kemampuan verbal dan kemampuan bersosialisasi adalah proses belajar selama rentang kehidupannya.

Mengacu pada pendapat Krasnor (Admin Blog, 2008) kompetensi sosial dipandang sebagai kemampuan untuk mencapai tujuan pribadi dalam interaksi sosial sambil sekaligus memelihara relasi sosial dengan orang lain dan dalam berbagai situasi. Sejalan dengan pendapat Hyat dan Gottlieb (dalam Dalimunthe, 2000) bahwa kompetensi sosial juga dikenal sebagai intelegensi sosial yaitu kemampuan untuk menjadi pendengar yang baik, mampu merasakan apa yang dirasakan orang lain, mampu memberi dan menerima kritik dengan baik dan mampu memecahkan masalah interpersonal.

Berdasarkan berbagai penelitian yang telah banyak dilakukan, konsep kompetensi sosial adalah relatif sehingga belum ada satu definisi yang dipakai secara bersama, bahkan pada beberapa komunitas kompetensi sosial disesuaikan



dengan usia dan jenis kelamin. Kondisi ini tampak pada bervariasinya uraian para ahli tentang kompetensi sosial. Sejalan juga yang diungkapkan oleh Krasnor (Admin Blog, 2008) bahwa di level teoritis kompetensi sosial lebih merupakan suatu konstruk yang mengatur tingkah laku daripada sebagai suatu bentuk tingkah laku spesifik. Tingkah laku yang ditampilkan merupakan hasil proses transaksional antara pihak-pihak yang berinteraksi yang sifatnya sangat kontekstual, sehingga tingkah laku yang tepat untuk setiap konteks situasi bisa berbeda-beda bentuknya sehingga tampak adanya perbedaan individual.

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas, disimpulkan bahwa kompetensi sosial adalah kemampuan untuk berperilaku sesuai dengan tujuan dalam konteks sosial, dan individu yang berkompeten secara sosial mampu menggunakan keterampilan dan pengetahuan untuk melakukan relasi positif dengan orang lain, memperoleh kepercayaan dari orang lain, mampu berkomunikasi secara efektif, mengerti diri sendiri dan orang lain, mengenal peran gender, memahami moral dalam lingkungan serta mampu mengatur emosi dan dapat menyesuaikan perilaku dalam merespon norma-norma yang berhubungan dengan lingkungannya.

## **2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kompetensi Sosial**

Hurlock (dalam Pertiwi, 2004) mengungkapkan bahwa seseorang yang memiliki kompetensi sosial yang baik juga mempunyai fungsi sosial yang baik. Faktor yang menyebabkan seseorang memiliki fungsi sosial yang baik menurut Hurlock (dalam Pertiwi, 2004), yaitu:

- a. Kesehatan yang baik menyebabkan orang dapat berpartisipasi dalam kegiatan sosial.
- b. Kaitan yang erat dengan kegiatan sosial dapat melahirkan motivasi yang perlu untuk ambil bagian dalam kegiatan sosial.
- c. Kemahiran dan keterampilan sosial yang diperoleh sebelumnya dapat memperkuat kepercayaan diri dan dapat mempermudah masalah sosial.
- d. Status sosial yang sesuai dengan teman sebayanya tentang keinginan kelompok sosial yang memungkinkan bergabung dengan organisasi masyarakat.

Penelitian Oden (dalam Wirdani & Apollo, 2010) melaporkan bahwa perkembangan kompetensi sosial remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti pertikaian dalam keluarga, perceraian orang tua, kemiskinan, sikap guru-guru, dan teman-teman sebaya di sekolah. Hasil serupa juga ditemukan dalam penelitian Denham dkk (dalam Wirdani & Apollo, 2010) bahwa kompetensi sosial anak dan remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti sikap orang tua, guru-guru, dan teman sebaya di sekolah, sosial ekonomi keluarga, kepercayaan diri, dan kematangan emosi.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan, yang menjadi faktor kompetensi sosial diantaranya yaitu faktor internal individu seperti kognitif, temperamen dan pengalaman ketika menghadapi suatu situasi sosial tertentu, dan faktor eksternal yaitu interaksi dengan keluarga dan lingkungan.

### **3. Aspek-aspek Kompetensi Sosial**

Marlowe (Dalimunthe, 2000) menyebutkan prediktor kompetensi sosial antara lain : perhatian pada orang lain, percaya pada kekuatan sendiri, kemampuan berempati dan kemampuan berfikir secara sosial. Selain itu, kompetensi sosial yang juga dikenal sebagai intelegensi sosial memiliki prediktor yaitu kemampuan menjadi pendengar yang baik, mampu merasakan orang lain, mampu memberi dan menerima kritik dengan baik serta mampu memecahkan problem interpersonal (Hyat dan Gottlieb, dalam Dalimunthe, 2000). Sifat kepribadian seperti ini membutuhkan pola kognitif, afektif dan perilaku secara terorganisasi.

Hasil penelitian Tentrawati (dalam Wardani & Apollo, 2010) melaporkan bahwa seseorang yang memiliki kompetensi sosial tinggi menunjukkan ciri-ciri a) percaya pada diri sendiri, b) menghargai perasaan orang lain, c) mampu memberikan respons-respons emosional, d) mampu mengendalikan emosinya, e) tulus dalam menjalin relasi dengan orang lain, dan f) mampu menangkap kebutuhan-kebutuhan lingkungannya, sedangkan seseorang yang memiliki kompetensi sosial yang rendah menunjukkan ciri-ciri sebaliknya.

Berdasarkan hasil dari beberapa penelitian yang telah dilakukan oleh para ahli Rydell, *et al.*, (dalam Wardani & Apollo, 2010) dapat disimpulkan beberapa aspek kompetensi sosial, yaitu a) *prosocial orientation* (suka menolong, dermawan), b) empati (memahami orang lain), c) penanganan konflik, dan d) *social initiative* (inisiatif dalam situasi interaksi sosial). Selanjutnya, aspek-aspek kompetensi sosial menurut Marlowe (dalam Wardani & Apollo, 2010), yaitu a) sensitivitas sosial, b) empati, c) kepercayaan diri, dan d) pemecahan problem

interpersonal. Menurut Adams (1983) aspek kompetensi sosial meliputi a) sensitivitas sosial, b) *locus of control*, c) empati, dan d) popularitas sosial.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kompetensi sosial yaitu : pengetahuan sosial, kepercayaan diri, empati, bekerja sama, dan suka menolong.

#### **4.Kompetensi Sosial Remaja**

Perkembangan dari anak menuju remaja sering dicirikan dengan perubahan yang dramatis bagi orang muda, meliputi perubahan pada fisik, mental-psikis, maupun sosial. Menurut Hurlock (1980) salah satu tugas perkembangan yang paling sulit bagi remaja adalah yang berhubungan dengan penyelesaian masalah yang sedang dialami. Karena Hurlock (1999) pada masa remaja ini ada beberapa perubahan yang bersifat universal, yaitu meningkatnya emosi, perubahan fisik, perubahan terhadap minat dan peran, perubahan pola perilaku, nilai- nilai dan sikap ambivalen terhadap setiap perubahan.

Berbagai perubahan yang terjadi pada remaja, mengharuskan remaja untuk mampu menghadapinya. Pada saat yang sama masyarakat juga menuntut remaja untuk bisa bertindak sesuai dengan harapan sosial. Seperti yang tercermin dalam tugas perkembangannya. Remaja juga dihadapkan pada aturan main dalam kelompok sebaya, dimana norma dan nilai yang dihadapi biasanya berbeda

dengan apa yang diperolehnya dalam keluarga. Kondisi seperti ini tidak jarang menimbulkan kebingungan dan tekanan pada diri remaja.

Adanya berbagai tekanan pada masa remaja, menuntut remaja untuk dapat menyusun suatu strategi penyelesaian masalah. Setiap remaja mempunyai strategi penyelesaian yang berbeda. Perbedaan tersebut terlihat dari strategi pemecahan masalah yang diambil.

Dalam berbagai upaya menyelesaikan masalah tersebut, dibutuhkan keterampilan yang dapat membantu remaja dalam menyesuaikan diri, atau disebut sebagai kompetensi sosial. Rahman (2010) menyatakan bahwa kompetensi sosial yang dikembangkan dengan baik dapat memudahkan remaja untuk mengatasi sekaligus melampui macam-macam permasalahan.

Dalam studinya Smart & Sanson (dalam Rahman, 2010) memberi gambaran tentang kompetensi sosial remaja. Remaja dengan kompetensi sosial yang tinggi sedikit sekali mengalami perasaan tertekan, cemas ataupun stress. Mereka juga kurang menampilkan perilaku yang buruk, dan merasa sangat puas dengan kehidupan yang dijalaninya.

Smart & Sanson (dalam Rahman, 2010) menjelaskan bahwa terdapat perbedaan tingkat kompetensi sosial di anatar remaja laki-laki dan perempuan. Berbagai kecakapan yang menjadi bagian dari kompetensi sosial cenderung ditampilkan lebih menonjol oleh remaja perempuan ketimbang remaja laki-laki. Dijelaskan bahwa dorongan dari norma serta harapan sosial yang menginginkan remaja perempuan lebih kooperatif (penurut, hormat terhadap figur orang tua/guru), dan memiliki tanggung jawab (taat, memenuhi tugas-tugas yang diberikan) lebih membantu mereka dalam mengembangkan kompetensi sosial

ketimbang remaja laki-laki. Demikian pula, proses sosialisasi dalam keluarga dan pengalaman-pengalaman mendapat pengasuhan selama kanak-kanak turut menyokong perkembangan emosional dan rasa empati para remaja perempuan, sementara remaja laki-laki kurang mendorong tersebut.

Mengembangkan kompetensi sosial yang baik selama remaja adalah mutlak diperlukan. Kompetensi sosial memungkinkan remaja melakukan penyesuaian terhadap berbagai perubahan yang dialaminya secara optimal dan tanpa kesulitan. Selanjutnya kompetensi sosial dapat membantu remaja untuk memiliki hubungan sosial yang berkualitas. Kompetensi sosial bahkan dapat membantu remaja dalam perkembangan sosial berikutnya di masa dewasa, misalnya dalam menjalin hubungan pernikahan yang harmonis atau mengembangkan hubungan yang positif dengan anak-anak yang dimiliki.

## **5. Cara Meningkatkan Kompetensi Sosial Remaja**

Mulyadi (2006) berpendapat bahwa keberhasilan dalam perkembangan sosial yang tinggi pada remaja ditunjukkan dengan kompetensi sosial yang tinggi. Individu yang sukses biasanya memiliki kepandaian bergaul, kepandaian dalam memilih teman, dan mampu menjaga perasaan orang-orang yang menjadi temannya. Proses sosialisasi dipengaruhi banyak faktor antara lain: keluarga dan pola asuh orang tua, teman sebaya dan sekolah dan sistem pendidikan nasional. Kemampuan social remaja mendorong berkembangnya kompetensi sosial remaja. Kompetensi social merupakan keterampilan yang mengacu pada keterampilan social, emosional dan kognitif serta keterampilan berperilaku yang membuat remaja akan berhasil dalam melakukan penyesuaian diri (Berman, 1992).

Kompetensi sosial merupakan hal yang dipelajari sedikit demi sedikit dari pengalaman seseorang dan mempunyai peranan penting dalam proses sosialisasi seseorang, karena kompetensi sosial merupakan indeks dan prediktor untuk penyesuaian diri yang sehat. Kompetensi sosial juga ikut menentukan proses penyesuaian sosial dan kualitas hubungan antar pribadi. Perkembangan kompetensi sosial dipengaruhi bimbingan di rumah (anggota keluarga), di sekolah dan juga adanya kesempatan untuk menggunakan keterampilan yang dimiliki di masyarakat (Hurlock, 1992)

#### **D. Hubungan Kompetensi Sosial dengan Strategi Menyelesaikan Masalah**

Remaja merupakan salah satu masa dalam tahap perkembangan manusia yang merupakan masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa. Masa remaja menurut Hurlock (1973) merupakan masa transisi, yang biasa disebut sebagai usia belasan yang tidak menyenangkan, dimana dengan meningkatnya usia, sikap dan tingkah lakunya, remaja sering menunjukkan sikap antisosial sehingga masa remaja seringkali disebut sebagai fase negatif.

Masa ini memiliki ciri-ciri tertentu yang membedakan dengan periode perkembangan yang lain. Ciri yang menonjol pada masa ini adalah individu mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang amat pesat, baik fisik, emosional dan sosial. Hurlock (1999) pada masa remaja ini ada beberapa perubahan yang bersifat universal, yaitu meningkatnya emosi, perubahan fisik, perubahan terhadap minat dan peran, perubahan pola perilaku, nilai-nilai dan sikap ambivalen terhadap setiap perubahan.

Berbagai perubahan yang terjadi pada remaja, mengharuskan remaja untuk mampu menghadapinya. Pada saat yang sama masyarakat juga menuntut remaja untuk bisa bertindak sesuai dengan harapan sosial. Seperti yang tercermin dalam tugas perkembangannya. Remaja juga dihadapkan pada aturan main dalam kelompok sebaya, dimana norma dan nilai yang dihadapi biasanya berbeda dengan apa yang diperolehnya dalam keluarga. Kondisi seperti ini tidak jarang menimbulkan kebingungan dan tekanan pada diri remaja.

Adanya berbagai tekanan pada masa remaja, menuntut remaja untuk dapat menyusun suatu strategi penyelesaian masalah. Setiap remaja mempunyai strategi penyelesaian yang berbeda. Perbedaan tersebut terlihat dari strategi pemecahan masalah yang diambil. Strategi penyelesaian masalah suatu proses dimana individu berusaha untuk menangani dan menguasai situasi stres yang menekan akibat dari masalah yang sedang dihadapinya dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku guna memperoleh rasa aman dalam dirinya (Triyanti,2006).

Setiap remaja berbeda didalam menyelesaikan permasalahan baik laki-laki maupun perempuan, termasuk didalam penggunaan strategi penyelesaian pada pokok masalah, perbedaan itu terlihat dari respon yang akan dimunculkan dalam menghadapi situasi yang menekan. Remaja yang menggunakan strategi penyelesaian yang berorientasi pada pokok masalah akan lebih efektif untuk memunculkan suatu respon yang positif, tetapi sebaliknya apabila remaja menggunakan strategi pemecahan masalah yang tidak efektif akan memunculkan berbagai respon perilaku yang negatif di dalam dirinya

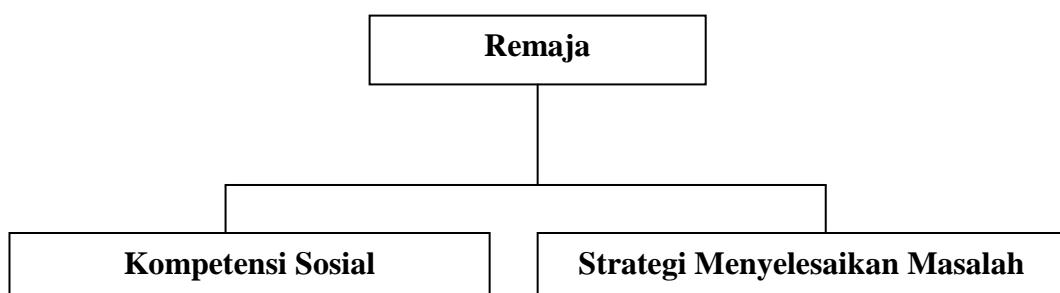


Proses dalam menyelesaikan masalah diperlukan aktivitas berfikir. Sebagaimana pendapat Glass dan Holyoak, serta Solso (dalam Suharman, 2005) bahwa berfikir dapat didefinisikan sebagai proses menghasilkan representasi mental yang baru melalui transformasi yang melibatkan interaksi secara kompleks antara atribut-atribut mental seperti penilaian abstraksi, penalaran, imajinasi, dan pemecahan masalah.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Search Institute (dalam Santrock, 2007) menjelaskan bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi keberhasilan remaja dalam menyelesaikan masalah yaitu faktor eksternal dan faktor internal, dan salah satu komponen faktor internal yaitu kompetensi sosial dimana individu mengetahui bagaimana membuat rencana dan membuat keputusan serta memiliki kompetensi interpersonal seperti keterampilan berempati dan bersahabat.

Hyat dan Gottlieb (dalam Dalimunthe, 2000) mengatakan bahwa kompetensi sosial juga dikenal sebagai inteligensi sosial yaitu kemampuan untuk menjadi pendengar yang baik, mampu merasakan apa yang dirasakan orang lain, mampu memberi dan menerima kritik dengan baik dan mampu memecahkan masalah interpersonal.

### **E.Paradigma Penelitian**



Aspek-aspek kompetensi sosial menurut Rydell et al( dalam Wardani & Apollo. 2010) yaitu :

- a) *Prosocial orientation* (suka menolong, dermawan )
- b) Empati
- c) Penanganan Konflik
- d) *Social Initiative* (inisiatif dalam situasi interaksi sosial)

Aspek-aspek strategi menyelesaikan masalah yang dikemukakan oleh Adwin dan Revenson (dalam Indirawati, 2006) yaitu :

- a. Kehati-hatian
- b. Tindakan instrumental
- c. Negosiasi
- d. Lari dari masalah
- e. Pengurangan beban
- f. Menyalahkan diri
- g. Pencarian makna

## F. Hipotesa

Ada hubungan positif antara kompetensi sosial dengan strategi menyelesaikan masalah dengan asumsi semakin tinggi kompetensi sosial seseorang maka semakin baik strategi menyelesaikan masalah dan sebaliknya semakin rendah kompetensi sosial seseorang maka semakin buruk strategi menyelesaikan masalah