

SKRIPSI

STRES DITINJAU DARI KONSEP DIRI REMAJA

PANTI ASUHAN WISMA KASIH KUDUS



Ester Karolina Rusfader

01070099 K

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS SETIA BUDI

SURAKARTA

2012

STRES DITINJAU DARI KONSEP DIRI REMAJA

PANTI ASUHAN WISMA KASIH KUDUS

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi
untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-Syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi



Ester Karolina Rusfader

01070099 K

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS SETIA BUDI

SURAKARTA

2012

Dipertahankan di depan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi
dan diterima untuk memenuhi sebagian dari syarat-syarat guna memperoleh derajat gelar Sarjana
Psikologi

Pada Tanggal

24 NOV 2012



Fakultas Psikologi
Universitas Setia Budi



Pjs Dekan,

Yustinus Joko D.N, S.Psi.M.Psi

Panitia Penguji

Tanda Tangan

Penguji I: Drs. Budi Purwanto, MS.

Penguji II: Yustinus Joko D.N, S.Psi.M.Psi

Penguji III: Istiana Kuswardani, Psi. M.A

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan kepada :

Tuhan Yesus Kristus,
Bapa dan Sahabat dalam hidupku
Terima kasih atas Kasih Setia, Anugerah dan
semua proses yang Engkau beri atas hidupku.
Melalui proses Mu, aku mengerti arti hidup.

Papa, Mama, Kedua Kakakku dan keluarga kecilnya,
juga adhekku tercinta, atas setiap doa dan dukungan
yang tak pernah henti buat ku.
Aku mencintai keluargaku.

MOTTO

”Diberkatilah orang yang mengandalkan Tuhan,
yang menaruh harapannya pada Tuhan”

Yeremia 17:7

“Janganlah takut, sebab Aku menyertai engkau,
janganlah bimbang, sebab Aku ini Allahmu;
Aku akan meneguhkan, bahkan akan menolong engkau;
Aku akan memegang engkau dengan tangan kanan-Ku
yang membawa kemenangan”

Yesaya 41:10

“Segala perkara dapat kutanggung didalam Dia
yang memberi kekuatan kepadaku”

Filipi 4:13

“Lihat, Aku telah melukiskan engkau di telapak tangan-Ku;
tembok-tembokmu tetap di ruang mata-Ku.”

Yesaya 49:16

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur pertama penulis naikkan kepada Tuhan Yesus Kristus, Bapa, Raja dan Sahabatku yang sudah memberikan anugerah dan penyertaan-Nya yang besar hingga akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“STRES DITINJAU DARI KONSEP DIRI REMAJA PANTI ASUHAN WISMA KASIH KUDUS”**.

Penulis terdorong oleh rasa tanggung jawab sebagai mahasiswa untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dan sekaligus untuk melengkapi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi, karena itu penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Winarso Suryolegowo, SH., M.Pd, selaku Rektor Universitas Setia Budi Surakarta.
2. Yustinus Joko D.N, S. Psi.M.Psi, selaku Pjs Dekan Psikologi Universitas Setia Budi Surakarta dan pembimbing kedua skripsi ini yang sudah berjerih payah meluangkan waktu di tengah segala kesibukan yang ada memberikan pengarahan, bimbingan, dorongan dan semangat kepada penulis dalam penulisan skripsi ini dari awal hingga akhirnya serta selama penulis menempuh studi di Fakultas Psikologi USB.
3. Drs. Budi Purwanto, MS., selaku pembimbing utama yang dengan sabarnya meluangkan waktu untuk memberikan pengarahan dan bimbingan kepada penulis dari awal hingga akhir penyusunan skripsi ini.
4. Istiana Kuswardani, MA, Psi, selaku penguji skripsi yang sudah banyak meluangkan waktu dan dengan sabar membimbing revisi skripsi dari awal hingga akhir.
5. Dra. Endang Widyastuti, Nuke Martiarini, S.Psi., Rosita Yuniati S.Psi, selaku dosen yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan yang sangat berguna bagi penulis selama menempuh studi di Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi.
6. Bapak Edi Marko dan Bapak Suyanto, SE, yang secara langsung sudah melayani dan memberikan banyak bantuan dalam proses administrasi selama proses studi hingga kelancaran skripsi.

7. Keluargaku tercinta, Papa dan Mama yang selalu mendukungku dengan segenap cinta, doa dan tetesan air mata yang tiada henti serta mengajarkanku banyak hal berharga, juga untuk teladan Takut akan Tuhan hingga aku bisa mempunyai standar dan prinsip hidup untuk menentukan pilihan-pilihan yang benar dalam hidupku. Ke dua kakakku beserta keluarga kecilnya dan adikku yang selalu mendukungku dengan cara mereka yang unik. Kalian adalah orang kunci dalam hidupku untuk selalu berusaha jadi yang terbaik. Aku mencintai dan mengasihi kalian dengan Kasih Kristus yang ada padaku.
8. Bapak Pdt.Sadrakh Tuanger S.Th, M.Th dan Istri, Ibu Pdt. Sariwati Takasenseran S.Th, selaku orang tua asuh (papi dan mami) di tanah rantau. Terima kasih untuk setiap doa, didikan, nasihat dan teguran sehingga menjadikanku seorang wanita yang berkarakter, juga terima kasih sedalam-dalamnya karena pernah berjuang demi aku dan hidupku di hadapan Tuhan dan manusia. Aku berhutang banyak budi yang tak tergantikan kepada kalian. Aku mengasihi kalian dengan Kasih Kristus.
9. Keluarga besar Panti Asuhan Wisma Kasih Kudus Mojosoongo. Pertentangan demi pertentangan, gesekan demi gesekan, perdebatan demi perdebatan yang sangat melelahkan telah aku lalui bersama kalian. Tapi itu semua membentuk karakterku menjadi pribadi yang kuat.. Aku bersyukur kepada Tuhan karena aku pernah jadi bagian dari kalian. Kalian adalah sumber inspirasiku untuk menulis penelitian ini. Pertemuan yang ada bukan kebetulan, aku yakin ini semua adalah rencana Tuhan yang terbaik. Jadi jangan pernah menyerah akan hidup ini.
10. Keluargaku di GBIS Kepunton, *Youth Alive community*, *Youth Pastour Wiem* dan *Youth Pastour Joelius* sebagai pembina yang sudah banyak memberi nasihat yang membangun dan membimbing secara rohani hingga aku bertumbuh, berubah dan menjadi lebih baik hingga sekarang. Juga semua teman-teman dan sahabat di *Youth Alive* yang tidak dapat aku sebutkan satu persatu, kalian salah satu bagian terindah dari hidupku. Terima kasih buat segala doa, perhatian, pengertian, kasih sayang, persahabatan dan persaudaraan bagai sebuah keluarga yang kalian beri. SEMANGAT 33. Tuhan Yesus Memberkati.

11. Saudara dan saudariku, Erna, Ve, Tari, Jesica, Putri, Mba Endah, Nana, Opyan dan Othonk yang sudah banyak membantu penulis selama pengerjaan skripsi ini. Meluangkan waktu, tenaga, tempat, ketika penulis membutuhkan bantuan dan terutama sudah mau berbagi hidup denganku, persaudaraan ini tidak tergantikan. Tuhan Yesus Memberkati.
12. Sahabat-sahabatku AGASO Community, Srengenge Mesem Teater dan LG Band atas kebersamaannya selama ini. Terima kasih selalu memberi semangat yang baru untukku terus berjuang tanpa merasa putus asa dan menyerah. Seperti anak panah di tangan seorang pahlawan, demikianlah kita pada masa muda kita dalam tangan Tuhan. Mari Jadi BERKAT.
13. Seseorang yang pertama kali mengajarku arti mencintai, meskipun tidak lagi bersama namun kehadiranmu sempat memberikan semangat dan dukungan doa yang berarti untukku. Terima kasih untuk cintamu yang sempat singgah dan memberi warna dalam hidupku.
14. Sahabat dan teman seperjuangan Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi angkatan 2007.
15. Tim Peduli Kasih Kudus yang pernah mensponsoriku. Terima kasih pernah bersedia menjadi perpanjangan tangan Tuhan untuk membantuku baik secara moril maupun materi. Aku berdoa kepada Tuhan biarlah diberkati dengan berlipat kali ganda setiap usaha, kerja dan keluarga kalian. Aku mengasihi kalian.
16. Semua pihak yang sudah dengan segenap hati banyak membantu penulis selama proses pengerjaan skripsi ini hingga selesainya. Terima kasih banyak, Tuhan Yesus Memberkati.

Dengan segala kerendahan hati penulis menyadari bahwa hasil penelitian yang disusun ini masih banyak kekurangan baik dalam hal materi dan penyusunannya. Dikarenakan keterbatasan pengalaman dan pengetahuan penulis. Oleh karena itu penulis akan menerima dengan senang hati saran dan kritik yang ada.

Akhirnya penulis berharap kiranya penelitian ini bisa menjadi berkat bagi semua pihak yang membacanya serta menjadi kebanggaan bagi dosen pembimbing. Harapan terbesar penulis kiranya peneliti skripsi ini bisa bermanfaat.

Surakarta, November 2012

Penulis

STRES DITINJAU DARI KONSEP DIRI REMAJA

PANTI ASUHAN WISMA KASIH KUDUS

Oleh:

Ester Karolina Rusfader

01070099K

Intisari

Konsep diri remaja panti asuhan dipengaruhi oleh bagaimana remaja panti asuhan mempersepsi dirinya. Persepsi diri ini didasarkan pada pengalaman berinteraksi dengan orang lain. Persepsi negatif yang diterima dari lingkungan akan membentuk konsep diri yang negatif pula. Konsep diri yang negatif membuat remaja panti asuhan rentan terhadap stres. Dampak stres terhadap remaja panti asuhan dapat bermacam-macam dan hal ini tergantung pada kekuatan konsep dirinya, yang akhirnya menentukan besar kecilnya toleransi remaja panti asuhan terhadap stres.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris hubungan antara konsep diri remaja dengan stres di panti asuhan. Hipotesis yang diajukan oleh peneliti adalah : Ada hubungan yang negatif antara konsep diri positif pada remaja dengan stress, bahwa semakin positif konsep diri pada remaja maka semakin rendah stres yang akan dialami. Sebaliknya semakin rendah konsep diri pada remaja maka semakin tinggi tingkat stres yang akan dialami

Subyek yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja Panti Asuhan Wisma Kasih Kudus Mojosongo. Penelitian ini mengambil subyek sebanyak 50 remaja dengan teknik pengambilan data yang digunakan adalah teknik *purposive sampling*. Dalam analisis data digunakan teknik korelasi *product moment*.

Hasil pada uji normalitas untuk variabel konsep diri menunjukkan hasil K-SZ sebesar 0,574 dengan probabilitas signifikansi 0,896 > 0,05 yang menunjukkan bahwa variabel konsep diri terdistribusi secara normal. Sedangkan uji normalitas untuk variabel stres menunjukkan hasil K-SZ sebesar 0,755 dengan probabilitas sebesar 0,618 > 0,05 sehingga menyatakan bahwa variabel stres terdistribusi secara normal. Kedua signifikansi sampel yang diperoleh adalah > 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua sampel berdistribusi normal. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh nilai korelasi antara konsep diri remaja dan stres di panti asuhan menunjukkan bahwa nilai r adalah sebesar $r_{xy} = -0,708$ dengan signifikansi sebesar 0,00 atau $p < 0,01$. Dari data tersebut dapat diketahui bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara konsep diri remaja dengan stres. Dengan demikian penelitian ini berkorelasi negatif sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yaitu bahwa ada hubungan yang negatif antara konsep diri remaja dengan stres.

Kata Kunci : Konsep Diri, Remaja dan Stres

THE RELATIONSHIP BETWEEN ADOLESCENT SELF-CONCEPT OF STRESS IN AN WISMA KASIH KUDUS ORPHANAGE

Oleh:

Louise Ester Karolina Rusfader

01070099K

Abstact

Adolescent self-concept is influenced by how the adolescent orphanage perceive themselves. Self-perception is based on the experience of interacting with others. Received negative perceptions of the environment will form a negative self concept as well. Negative self-concept makes the adolescent orphanage vulnerable to stress. The impact of stress on adolescent orphanage can vary and this depends on the strength of the concept itself, which ultimately determines the size of the adolescent orphanage tolerance to stress.

This study aims to determine empirically the relationship between adolescent self-concept of stress in an orphanage. The hypothesis put forward by researchers is: There is a negative relationship between adolescent self-concept of stress, where the higher adolescent self-concept then the lower levels of stress will be experienced. Conversely the lower of the adolescent self-concept then the higher stress levels will be experienced.

The subjects used in this study were adolescents of Wisma Kasih Kudus Orphanage. This study took as many as 50 adolescent subjects with data collection technique used was purposive sampling technique. In the analysis of the data used product moment correlation technique.

The results of the tests of normality for the variable self-concept shows the results for K-SZ of 0,574 with a significance probability of 0,896 > 0,05 which indicates that self-concept variables were normally distributed. While the stress test for normality for the variable K-SZ shows the results of 0.755 with a probability of 0.618 > 0.05 so that variables were normally distributed stress. The second significance of the samples obtained were > 0.05 so that it can be concluded that the samples are normally distributed. Based on the analysis of data obtained by the correlation between adolescent self-concept and stress in orphanages shows that the value of r is equal to $r_{xy} = -0.708$ with a significance of 0.00 or $p < 0.01$. From these data it can be seen that there was a significant negative relationship between self-concept of adolescents with stress. Thus this study are negatively correlated so that the hypothesis presented in this study received, namely that there is a negative relationship between self-concept of adolescents with stress.

Keywords: Self-concept, Adolescent and Stress

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iii
HALAMAN MOTTO	iv
KATA PENGANTAR	v
INTISARI.....	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Stres	8
1. Definisi Stres	8
2. Aspek-Aspek Stres.....	10
3. Faktor-Faktor Stres	13
4. Stres Pada Remaja	18
5. Karakteristik Remaja Yang Rentan Stres	19
B. Konsep Diri Remaja.....	21
1. Definisi Remaja	21
2. Konsep Diri Remaja	25
3. Aspek-Aspek Konsep Diri Remaja.....	27

	C. Hubungan Antara Konsep Diri Remaja Dengan Stres Di Panti Asuhan.....	33
	D. Hipotesis.....	39
BAB III	METODOLOGI PENELITIAN	
	A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	40
	B. Definisi Operasional Variabel.....	40
	C. Subyek Penelitian.....	43
	D. Metode Pengumpulan Data.....	44
	E. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	47
	F. Metode Analisis Data.....	50
BAB IV	PELAKSANAAN PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
	A. Persiapan Penelitian.....	51
	1. Orientasi Kancan Penelitian.....	51
	2. Proses Perijinan.....	52
	3. Penyusunan Alat Ukur dan Uji Coba.....	52
	B. Pelaksanaan Penelitian.....	57
	C. Hasil Penelitian.....	57
	1. Deskripsi Subjek Penelitian.....	56
	2. Deskripsi Data Penelitian.....	56
	3. Uji Normalitas.....	60
	4. Uji Linearitas.....	61
	5. Uji Hipotesis.....	62
	D. Pembahasan.....	63
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	
	A. Kesimpulan.....	68
	B. Saran.....	68
	DAFTAR PUSTAKA.....	70
	LAMPIRAN.....	74

DAFTAR TABEL

1. Tabel Blue Print Skala Stres	45
2. Tabel Blue Print Skala Konsep Diri	46
3. Tabel Blue Print Skala Stres Sebelum Try Out	54
4. Tabel Blue Print Skala Stres Setelah Try Out	55
5. Tabel Blue Print Skala Konsep Diri Sebelum Try Out	56
6. Tabel Blue Print Skala Konsep Diri Setelah Try Out	56
7. Tabel Deskripsi Data Hasil Penelitian	57
8. Tabel Norma Kategorisasi Stres dan Konsep Diri	58
9. Tabel Deskripsi Kategorisasi Stres.....	59
10. Tabel Deskripsi Kategorisasi Konsep Diri	59
11. Tabel Hasil Uji Normalitas.....	60
12. Tabel Hasil Uji Linearitas	61
13. Tabel Hasil Uji Hipotesis	62

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 2 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian
- Lampiran 3 Blue Print Perincian Item
- Lampiran 4 Skala Uji Coba
- Lampiran 5 Data Uji Coba
- Lampiran 6 Hasil Uji Coba (Uji Validitas dan Uji Reliabilitas)
- Lampiran 7 Skala Penelitian
- Lampiran 8 Data Penelitian
- Lampiran 9 Hasil Penelitian (Uji Validitas dan Uji Reliabilitas)
- Lampiran 10 Uji Normalitas dan Uji Hipotesis

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Stres merupakan bagian yang tidak terhindarkan dari kehidupan manusia yang sering dihadapi oleh setiap orang, namun stres bersifat manusiawi, dalam arti bahwa stres itu intern yaitu dalam diri setiap orang ketika menjalani kehidupan sehari-hari pasti pernah mengalami stres, baik yang ringan, yang sedang, sampai yang berat. Stres tidak mengenal jenis kelamin, usia, kedudukan, jabatan, dan status sosial ekonomi. Walter (dalam Darmojo, 1985) mengemukakan stres adalah suatu tuntutan, ancaman atau peristiwa lain yang menyebabkan seseorang bereaksi dengan suatu perubahan keadaan. Dalam kehidupan sehari-hari, seseorang akan selalu menghadapi stres, dalam beraneka ragam bentuk dan intensitasnya. Selanjutnya reaksi individu terhadap stres juga beraneka ragam, tergantung dari usianya, latar belakang keluarga dan budayanya, pengalaman-pengalaman pribadi sebelumnya, pendidikan, dsb.

Stres mempengaruhi setiap orang, termasuk juga remaja. Kebanyakan stres di usia remaja berkaitan dengan masa pertumbuhan. Remaja khawatir akan perubahan tubuhnya dan mencari jati diri. Stres pada remaja lebih diakibatkan oleh efek faktor usia transisi dari anak-anak menuju dewasa. Periode ini disebut dengan periode *storm and stress* (badai dan tekanan), yaitu periode yang penuh dengan masalah, tuntutan, dan tekanan dalam hidupnya, sementara sikap, pikiran, pemahaman, penentuan pendapat, serta emosi remaja masih terus berkembang dan belum stabil (Hurlock dalam Sukmawati, 2007). Tekanan-tekanan dari lingkungan sekitar yang dialami oleh remaja belum tentu semuanya mampu diselesaikan dengan baik. Sebenarnya remaja dapat membicarakan masalah dan mengembangkan ketrampilan menyelesaikan masalah

mereka, tetapi karena pergolakan emosional dan ketidakyakinan remaja dalam membuat keputusan penting, remaja perlu mendapat bantuan dan dukungan khusus dari orang dewasa.

Seperti sudah diuraikan diatas, bahwa stres pada remaja dapat juga disebabkan oleh tuntutan lingkungan, termasuk tuntutan dari orangtua dan masyarakat. Orangtua biasanya menuntut anaknya untuk mempunyai nilai yang bagus di sekolah, tanpa melihat kemampuan si anak. Beban berat yang dialami remaja ini dapat menimbulkan berbagai penyakit seperti sakit kepala, kurangnya nafsu makan, kecemasan yang berlebihan, dan lain-lain. Saat stres remaja mengalami kelelahan fisik, emosi dan mental, sehingga menyebabkan mereka kesulitan mengontrol emosinya. Perilaku yang kemudian muncul antara lain suka marah-marah, gelisah, tidak peduli terhadap orang lain, merasa tidak memiliki apa-apa, putus asa, sedih, merasa tertekan, tidak pernah merasa puas, susah tidur, perubahan kebiasaan makan, rentan terhadap penyakit, dan lain-lain (Sutjipto dalam Zulkarnaen, 2005).

Pengalaman stres cenderung disertai emosi, dan orang yang mengalami stres menggunakan emosi itu dalam menilai stres (Leong dalam Aryani, 2008). Dari berbagai emosi yang ada, emosi yang biasa menyertai stres adalah takut, sedih atau depresi dan amarah. Takut merupakan emosi yang biasa muncul pada waktu kita merasa, baik secara nyata atau hanya dalam bayangan, ketika berhadapan dengan hal yang berbahaya.. Rasa takut bisa amat sangat, sehingga menjadi fobi (*phobia*) atau yang lebih ringan, misalnya sekedar menjadi kecemasan (*anxiety*).

Stres juga dapat mendatangkan rasa sedih (*depression*). Rasa sedih juga merupakan pengalaman hidup yang tidak terhindarkan dan dialami oleh semua orang dari segala umur. Perbedaan antara sedih yang normal dan yang tidak normal sulit ditentukan. Orang yang diliputi rasa sedih atau depresi umumnya tidak bahagia, diliputi

rasa putus asa dan cenderung pasif (Hewit & Flet, dalam Aryani, 2008). Rasa lain yang menyertai stres adalah amarah dan dari amarah dapat muncul sikap dan tindakan agresif dalam kehidupan, antara lain sikap melawan dengan mulut sampai tindak kekerasan dengan fisik.

Berdasarkan fenomena stres pada remaja yang sudah dijelaskan, maka penulis tertarik untuk meneliti tentang fenomena kehidupan remaja di panti asuhan. Sasaran observasi peneliti adalah Wisma Kasih Kudus Surakarta yang didirikan pada tahun 2000, awalnya dikhususkan hanya untuk anak-anak korban kerusuhan Maluku. Selang beberapa tahun kemudian panti asuhan ini tidak hanya menampung anak-anak korban kerusuhan saja namun juga anak-anak yang berasal dari keluarga miskin dan anak-anak yatim piatu dari beberapa daerah di Indonesia.

Secara umum, remaja panti asuhan adalah remaja biasa, yang juga bisa mengalami stres. Remaja panti asuhan pun melewati tahap perkembangan *storm and stress*. Sehingga, remaja panti asuhan juga mengalami tekanan-tekanan hidup dan mempunyai permasalahan hidup yang lebih kompleks dari remaja lain yang berada di luar panti asuhan. Remaja panti asuhan memiliki permasalahan yang lebih kompleks karena kondisi yang berbeda dengan remaja di luar panti asuhan, yaitu mereka harus menyesuaikan diri dengan “rumah baru”, “peraturan baru”, “keluarga baru” dan “orangtua baru”.

Berdasarkan hasil observasi lingkungan dan wawancara dengan Pdt. Sadrah Tuanger. S.Th. M.Th selaku pemimpin di Panti Asuhan Wisma Kasih Kudus, terungkap banyak permasalahan yang dialami oleh remaja di panti asuhannya. Kehidupan anak panti asuhan bagi masyarakat umum identik dengan hidup mandiri tanpa bimbingan orang tua kandung. Hal ini seringkali membuat remaja tersebut merasa berbeda dengan remaja sebayanya. Perasaan berbeda di atas dapat

mempengaruhi pandangan yang bersangkutan terhadap dirinya sendiri. Hal ini akan mempengaruhi beberapa perilaku remaja panti asuhan antara lain menjadi lebih pasif, tidak berani bertindak, takut salah, agresif, masa bodoh terhadap aturan, muncul kenakalan-kenakalan untuk mencari perhatian (biasanya ditujukan kepada staf pengurus panti asuhan yang tidak disukai), kecanggungan dalam pergaulan dan kekakuan dalam gerakan, ketidakstabilan emosi, dan adanya sikap menentang orangtua. Berdasarkan uraian diatas dan pengamatan yang dilakukan, peneliti menemukan beberapa perilaku yang mencerminkan ciri-ciri stres pada remaja panti asuhan antara lain; lebih pasif, tidak berani bertindak, agresif, ketidakstabilan emosi dan adanya sikap menentang orangtua.

Remaja yang tinggal di panti asuhan Wisma Kasih Kudus mengalami proses penyesuaian diri yang kompleks dan beresiko memicu stres. Mereka harus menyesuaikan diri dengan peraturan-peraturan yang diterapkan di lingkungan panti. Beberapa norma tidak bisa ditoleransi ketika hal tersebut dilanggar. Tingginya kedisiplinan yang diterapkan di panti asuhan juga ikut mempengaruhi stres bagi remaja penghuninya. Masalah lain yang masih berhubungan dengan permasalahan di atas adalah penyesuaian diri dengan teman-teman dan para staf pengurus di panti asuhan.

Remaja panti asuhan sering mengalami penolakan dalam lingkungan pergaulannya sehari-hari. Hal ini terjadi karena waktu berkumpul dan bergaul mereka tidak sebebas teman-teman di luar panti asuhan. Aturan-aturan yang berlaku di panti asuhan dianggap menjadi hal yang menghalangi pergaulan remaja panti asuhan. Hal ini tentu berlawanan dengan sifat remaja yang cenderung memiliki konformitas yang tinggi dengan *peer group*-nya. Sebagai contoh kasus, teman-teman pergaulan berencana untuk bermalam mingguan di tempat hiburan favorit mereka, tetapi remaja panti asuhan tidak bisa ikut serta karena pada waktu yang bersamaan mereka harus

menyelesaikan tugas tertentu. Hal ini sering menimbulkan perasaan tidak adanya kekompakan dari antara teman-teman pergaulan mereka, sehingga lama-kelamaan mempengaruhi kualitas hubungan pertemanan mereka.

Kekompakan merupakan salah satu ciri dari konformitas pada masa remaja, dimana ketika remaja panti asuhan dianggap tidak kompak dengan kelompoknya maka mereka dianggap tidak mampu menyesuaikan diri. Konformitas yang tinggi akan memperkuat hubungan remaja dengan teman sebaya atau dengan *peer group*-nya. Kurangnya kekompakan dan ketidakmampuan menyesuaikan diri secara maksimal dengan kelompoknya pada remaja panti asuhan di sini menyebabkan mereka mengalami penolakan dalam lingkungan pergaulannya. Pengalaman penolakan dalam pergaulan ini menyebabkan remaja panti asuhan takut untuk memiliki hubungan yang terlalu dekat dengan orang lain, bahkan banyak diantara mereka yang cenderung menarik diri dari lingkungan sosialnya.

Remaja panti asuhan pada dasarnya sama dengan remaja lainnya, mereka ingin diterima sepenuhnya dalam lingkungan sosialnya. Pengalaman penolakan yang bisa saja dialami dengan teman sebaya di luar panti asuhan mampu memicu stres, sehingga mereka merasa kesulitan dalam bergaul. Scwab (dalam Zulkarnaen, 2005) mengatakan bahwa salah satu penyebab stres adalah karena adanya kesenjangan antara harapan dan kenyataan yang dialami seseorang. Pada remaja panti asuhan, harapan mereka adalah ingin diterima sepenuhnya oleh lingkungan sosialnya, namun kenyataannya keinginan tersebut tidak terpenuhi karena remaja panti asuhan sering mengalami penolakan dalam lingkungan sosialnya sehingga remaja panti asuhan mengalami kesulitan dalam bergaul.

Penanggulangan stres yang efektif pada remaja salah satunya bisa melalui dirinya sendiri. Konsep diri merupakan salah satu faktor internal yang berpengaruh

terhadap apa yang dialami oleh seorang remaja. Konsep diri pada dasarnya merupakan pengertian dan harapan seseorang mengenai cara pandang terhadap dirinya, apa yang dicita-citakan dan bagaimana dirinya dalam realita sesungguhnya, baik secara fisik maupun psikologis. Menurut Brooks (dalam Rakhmat, 2000), konsep diri merupakan persepsi terhadap diri sendiri, baik fisik, sosial, maupun psikologis, yang didasarkan pada pengalaman-pengalaman dan hasil dari interaksi dengan orang lain.

Konsep diri positif berpengaruh terhadap stres, karena dengan konsep diri yang positif, remaja mampu bersikap rasional dan obyektif, dapat menerima kritikan dari orang lain sebagai pedoman untuk bertindak lebih lanjut, bertanggung jawab, mampu menghadapi masalah dan tantangan, serta lebih optimis. Sehingga dengan konsep diri yang positif akan membantu remaja dalam menanggulangi stres yang dialaminya. Sebaliknya, remaja dengan konsep diri yang negatif akan membuat stres berdampak lebih besar pada kehidupan remaja tersebut. Remaja dengan konsep diri negatif memiliki pandangan tentang dirinya yang tidak teratur, tidak memiliki perasaan kestabilan dan keutuhan diri. Remaja tersebut sama sekali tidak tahu siapa dirinya, kekuatan dan kelemahannya atau yang dihargai dalam kehidupannya. Konsep diri negatif akan membawa dampak buruk terhadap remaja ketika menghadapi tekanan dan permasalahan, sehingga remaja lebih mudah mengalami stres dengan intensitas dan kapasitas yang besar.

Berdasarkan fenomena mengenai stres dan hubungannya dengan konsep diri, maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih jauh tentang stres ditinjau dari konsep diri khususnya remaja di panti asuhan Wisma Kasih Kudus.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka penulis membuat perumusan masalah: “stres ditinjau dari konsep diri remaja di panti asuhan”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang stres ditinjau dari konsep diri remaja di panti asuhan Wisma Kasih Kudus.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Akademis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan referensi dan masukan terhadap disiplin ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang Psikologi Perkembangan.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi kepada orangtua asuh dan para staf tentang konsep diri remaja sehingga dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam pengambilan keputusan serta membuat kebijakan untuk membentuk konsep diri positif pada remaja panti asuhan sehingga dapat meminimalkan terjadinya stres pada remaja panti asuhan.