

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Konsep Regulasi Diri

Akar dari teori Regulasi Diri adalah Teori Sosial Kognitif yang dikembangkan oleh Albert Bandura. Bandura mengemukakan bahwa sebuah kepribadian individu dibentuk oleh perilaku, pikiran dan lingkungan. Menurut Bandura, manusia merupakan produk pembelajaran. Meskipun sebagian besar perilaku individu dibentuk oleh lingkungan, namun perilaku dapat mempengaruhi lingkungan yang dapat mempengaruhi kognisi dan perilaku individu. kognisi terbentuk oleh interaksi perilaku dan lingkungan.

Bandura percaya pada fleksibilitas dan kemampuan adaptasi pada individu. Bertindak berdasarkan lingkungan dan perilaku, Bandura mengembangkan *Self System* untuk membantu menjelaskan konsistensi perilaku manusia. *Self System* adalah himpunan struktur kognitif yang melibatkan persepsi, evaluasi dan regulasi perilaku. *Self System* memungkinkan individu untuk mengevaluasi perilaku individu dalam hal pengalaman sebelumnya dan mengantisipasi konsekuensi masa mendatang. Berdasarkan evaluasi ini, kemudian individu berlatih kontrol atas perilaku individu, atau regulasi diri (*Self Regulation*).¹

¹ Veronica Damay, R. "Pengembangan Paket Pelatihan Regulasi Diri Untuk Siswa SMP". (Skripsi, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang, 2010), hal. 11

1. Pengertian Regulasi Diri

Menurut Bandura, regulasi diri adalah kemampuan mengontrol perilaku sendiri, individu memiliki kemampuan untuk mengontrol cara belajarnya dengan tiga tahap, mengembangkan langkah-langkah mengobservasi diri, menilai diri dan memberikan respon bagi dirinya sendiri.

Pintrich dan Groot (dalam Mastuti, dkk) memberikan istilah *self regulation* dalam belajar dengan istilah *self regulation learning*, yaitu suatu kegiatan belajar yang diatur oleh diri sendiri, yang didalamnya individu mengaktifkan pikiran, motivasi dan tingkah lakunya untuk mencapai tujuan belajarnya.²

Franken menjelaskan pengertian dari regulasi diri adalah sebagai berikut:

Self regulation refers to ability to make use of knowledge we have about the lawfulness of human behavior and use that knowledge to achieve goals that we think are in our best interest or simply goals that will make us happy.

Dari penjelasan tersebut dapat dipaparkan bahwa regulasi diri adalah kemampuan yang ada pada diri individu, yang mengacu pada kemampuan untuk menggunakan pengetahuan. Berkaitan dengan tujuan yang akan dicapai, dengan tetap menggunakan kesesuaian untuk membuat hidup yang bahagia, atau hidup teratur.

Schunk & Zimmerman mendefinisikan regulasi diri sebagai penggunaan suatu proses yang mengaktifasi pemikiran, perilaku dan perasaan

² Mastuti, E. dkk. *Memahami Perilaku Prokrastinasi Akademik Berdasar Tingkat Self Regulation Learning dan trait Kepribadian*. (Laporan penelitian DIPA PNPB Surabaya: Lembaga Penelitian Universitas Airlangga. 2006), hal. 11

yang terus menerus dalam upaya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Regulasi diri digambarkan sebagai siklus, karena *feedback* dari tingkah laku sebelumnya digunakan untuk membuat penyesuaian dalam usahanya saat ini. Penyesuaian seperti itu diperlukan karena faktor - faktor personal, tingkah laku, dan lingkungan yang secara konstan berubah selama proses belajar dan berperilaku.³

Dari berbagai pemaparan para tokoh diatas, dapat disimpulkan bahwa regulasi diri didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk menampilkan serangkaian tindakan yang ditujukan untuk pencapaian target belajar dengan mengolah strategi-strategi dalam penggunaan kognisi, perilaku, dan afeksi/emosional.

2. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Regulasi Diri

Bandura mengatakan bahwa faktor – faktor yang mempengaruhi regulasi diri dapat terbagi menjadi dua faktor, yakni faktor eksternal dan faktor internal. Berikut penjelasannya:

a. Faktor eksternal

Faktor eksternal yang mempengaruhi regulasi diri terdiri dari dua bagian, yakni:

³(<http://raisingchildren.net.au/articles/selfregulation.html/context/734>, (10 April 2013))

- 1) Standar untuk mengevaluasi perilaku sendiri, dukungan faktor lingkungan akan berinteraksi dengan pengaruh personal untuk membentuk standar individual yang digunakan sebagai evaluasi.

Regulasi diri dipengaruhi oleh kondisi lingkungan berupa ada tidaknya kesempatan untuk meregulasi diri dan ketersediaan sumber belajar (Boekaerts & Niemivirta, 2000; Pintrich, 2000); faktor sosial berupa hubungan sosial yang mempengaruhi tujuan, usaha dan pengawasan (Finkel & Fitzsimons, 2011); faktor perkembangan di mana disebutkan bahwa kemampuan regulasi diri merupakan hasil dari perkembangan kemampuan kognitif dan kemampuan representasional, yang dipengaruhi oleh adanya bimbingan dari orang tua atau agen sosialisasi lainnya (Parke & Gauvain, 2009) dan dipengaruhi oleh tugas perkembangan individu (Heckhausen, 1999).⁴

Hal ini menunjukkan bahwa orang tua memiliki andil yang besar dalam proses kepribadian anak secara umum. Model pola asuh yang diterapkan orang tua kepada anak-anaknya akan mempengaruhi kepribadian anak dalam proses perkembangannya. Sehingga kualitas dan potensi anak untuk mengembangkan diri dapat berawal dari jenis pola asuh apa yang diterapkan orang tua kepada anaknya tersebut.

- 2) Faktor eksternal lain yang mempengaruhi regulasi diri adalah dengan mendapatkan penguatan (*reinforcement*). *Reward* digunakan sebagai

⁴ Aftina Nurul Husna, Frieda NRH, Jati Ariati. *Jurnal Regulasi Diri Mahasiswa Berprestasi*. (Semarang: Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro).hal.3

penguat dari sebuah perilaku yang telah dilakukan untuk tujuan tertentu. Dukungan dari lingkungan dalam bentuk sumbangan materi atau pujian dan dukungan orang lain juga diperlukan.

b. Faktor internal

Faktor internal dalam regulasi diri menurut Bandura meliputi tiga hal, yakni:

1) Observasi diri

Seseorang harus memperhatikan performanya, walaupun perhatian tersebut belum tentu lengkap dan tepat. Sehingga seseorang harus memperhatikan secara selektif terhadap beberapa aspek perilakunya. Apa yang diperhatikan seseorang tergantung pada ketertarikan seseorang akan sesuatu atau tujuan yang mencakup kualitas dan kuantitas.

2) Proses penilaian

Proses penilaian dimaksudkan untuk membantu seseorang dalam mengontrol perilakunya melalui mediasi kognitif. Seseorang tidak hanya mampu untuk menyadari dirinya secara reflektif, akan tetapi juga menilai seberapa berharga tindakan seseorang berdasarkan tujuan yang telah dibuat. Proses penilaian bergantung pada standar pribadi, performa rujukan, pemberian nilai pada kegiatan, dan atribusi terhadap penampilan.

3) Reaksi diri

Seseorang merespon positif dan negatifnya perilaku tergantung pada bagaimana perilaku tersebut muncul dipengaruhi oleh standar personal.

Reaksi diri ini menjadi penghubung sebelum diberlakukannya penguatan diri (*reward*) atau hukuman diri (*punishment*).

3. Aspek-aspek Regulasi Diri

Menurut Pintrich & Groot, definisi regulasi diri memang bermacam-macam, namun paling tidak harus mencakup tiga komponen yang dapat diukur dan diamati ciri-cirinya sebagai berikut :

- a. Kemampuan metakognitif untuk membuat perencanaan, monitoring, dan memodifikasi cara berpikir.
- b. Manajemen diri dan minat dalam pengerjaan tugas-tugas akademik, seperti kemampuan bertahan dalam menyelesaikan tugas yang sulit.
- c. Strategi kognitif yang digunakan peserta didik untuk belajar, mengingat, dan mengerti materi-materi yang dipelajari.⁵

Secara khusus, pembelajaran yang diatur sendiri meliputi banyak proses, diantaranya adalah kemampuan metakognitif yang terdiri dari:

- a) Penentuan tujuan.

Mengatur diri agar mengetahui apa yang ingin dicapai ketika membaca atau belajar.

- b) Perencanaan

Mengatur diri dalam menggunakan waktu dan sumber daya yang dimiliki untuk mengerjakan tugas belajar.

⁵ Pintrich, P. R., & De Groot, E. V. *Motivational and Self-Regulated Learning Components of Classroom Academics Performance.*(Journal of Educational Psychology, Vol. 82, no. 1, 33-40,1990).hal.33

c) Mengendalikan perhatian

Mengatur diri agar dapat memusatkan perhatian pada pokok persoalan yang dihadapi dan membersihkan pikiran dari hal-hal yang berpotensi mengganggu konsentrasi dan emosi.

d) Penerapan strategi belajar

Mengatur diri agar dapat memilih strategi belajar yang sesuai dengan tujuan spesifik yang ingin dicapai.

e) Strategi motivasi diri

Mengatur diri agar dapat menjaga motivasi dengan berbagai strategi, seperti mencari cara untuk membuat aktivitas yang membosankan menjadi lebih menarik dan menantang, atau membayangkan diri berhasil dalam menyelesaikan suatu beban atau tugas yang sulit.

f) Permohonan bantuan dari luar bila diperlukan

Terkadang diri tidak mampu mengerjakan segalanya tanpa bantuan. Pada saat seperti itu, mereka mengakui bahwa mereka membutuhkan bantuan orang lain dan mereka secara khusus akan meminta bantuan pada seseorang yang dapat membantu agar bisa menjadi lebih mandiri di masa mendatang atau masa depan.

g) *Self-monitoring*

Mengatur diri agar selalu memantau kemajuan atau perkembangan ke arah tujuan yang hendak dicapai, dan terkadang mengubah strategi belajar atau memodifikasi tujuan jika diperlukan.

h) Evaluasi diri

Mengatur diri dalam menentukan apakah yang telah mereka pelajari sudah memenuhi tujuan yang telah ditetapkan untuk diri sendiri. Idealnya, mereka juga menggunakan evaluasi diri untuk mengubah pilihan mereka dan penggunaan berbagai strategi pembelajaran untuk menggapai masa depan.

4. Strategi Dalam Regulasi Diri

Bandura menyatakan bahwa walaupun ketiga hal tersebut berhubungan secara timbal balik, bukan berarti selalu berpengaruh dengan pola yang sama atau dengan kata lain tidak selalu pengaruh dua arah tersebut bersifat simetris. Pada saat tertentu salah satu aspek dari ketiga aspek tersebut bisa menjadi lebih dominan dari aspek lainnya. Berikut akan dijelaskan bagaimanakah hubungan timbal balik antara aspek personal, perilaku dan lingkungan dalam proses belajar.

a. Aspek personal

Dalam mempelajari suatu materi seseorang akan menjelajahi cara tertentu untuk memahaminya. Dalam hal ini peserta didik tidak hanya mengetahui strategi yang digunakan namun juga ia memiliki pengetahuan akan waktu yang tepat menggunakan strategi tersebut dan keefektifannya.

b. Aspek perilaku

Observasi diri (*self observation*) merupakan faktor pertama dari fungsi perilaku. Observasi diri merupakan usaha peserta didik untuk memonitor hasil belajar yang telah dicapainya. Dalam observasi terhadap diri ini juga

dipengaruhi oleh fungsi personal. Usaha peserta didik untuk menganalisis kemajuan yang diperoleh baik dengan mencatat atau tidak merupakan faktor yang juga mempengaruhi motivasi, persepsi akan kemampuannya dalam belajar. Faktor yang kedua adalah penilaian diri (*self judgement*).

Penilaian diri merupakan suatu aktivitas membandingkan hasil belajar dengan tujuan yang hendak dicapai. Proses evaluasi ini juga dipengaruhi oleh faktor personal dan observasi diri. Hal ini bisa dilakukan dengan menguji kembali jawaban hasil tes dan strategi yang dipakai adalah reaksi diri (*self reaction*).

c. Aspek lingkungan

Belajar dari mengamati orang lain dan dari pengalaman diri merupakan faktor yang sangat mempengaruhi usaha untuk memahami materi yang dipelajari. Untuk mendukung proses belajar, seseorang akan berusaha membuat lingkungan disekitarnya mendukung proses belajar baik dengan melakukan pencarian informasi kepada orang yang lebih faham maupun orang yang terlibat di dalam proses belajarnya.⁶

5. Regulasi Diri Dalam Tinjauan Islam

Allah berfirman dalam Al-Qur'an dalam surat Al-Hasyr ayat 18 yang menjelaskan tentang regulasi diri, sebagaimana berikut :

⁶ Wulandari, "Hubungan Antara Tingkat Self Regulation Dengan Tingkat Prokrastinasi Mahasiswa Angkatan 2003-2006 di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang". (Sripsi tidak diterbitkan. Malang: Program Sarjana Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2010).hal. 36

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ ۖ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۚ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا

تَعْمَلُونَ ﴿١٨﴾

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman!, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah Setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah, Sesungguhnya Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan.”⁷

Sesuai firman Allah dalam Q.S. Al-Hasyr ayat 18 tersebut menekankan adanya perencanaan yang baik dalam diri manusia atas segala tindakan selama di dunia sehingga ia akan mendapatkan keselamatan di akhirat nanti. Manusia sepanjang hidupnya harus introspeksi memperhatikan apa-apa yang telah diperbuatnya untuk kebaikan masa depan, dengan kata lain berarti manusia harus memiliki rencana, sehingga manusia hidupnya terarah dan tidak terjerumus ke lubang yang sama”.

Perencanaan merupakan proses untuk menentukan ke mana harus melangkah dan mengidentifikasi berbagai persyaratan yang dibutuhkan dengan cara efektif dan efisien, sehingga perencanaan sesuai yang diinginkan dalam Surat Al-Hasyr, ayat :18, mengandung enam pokok pikiran yaitu: Pertama, perencanaan melibatkan proses penetapan keadaan masa depan yang diinginkan. Kedua, keadaan masa depan yang diinginkan dibandingkan dengan kenyataan sekarang, sehingga dapat dilihat kesenjangannya. Ketiga, untuk menutup kesenjangan perlu dilakukan usaha-usaha. Keempat, usaha untuk

⁷ Departemen Agama RI. *Al-Qur'an Dan Terjemahannya*. (Bandung. CP. Penerbit Diponegoro, 2008) hal.54

menutup kesenjangan tersebut dapat dilakukan dengan berbagai ikhtiar dan alternatif. Kelima, perlu pemilihan alternatif yang baik, dalam hal ini mencakup efektifitas dan efesiensi. Keenam, alternatif yang sudah dipilih hendaknya diperinci sehingga dapat menjadi petunjuk dan pedoman dalam pengambilan keputusan maupun kebijakan.

Dengan implikasi perencanaan yang benar, maka langkah awal dari sebuah tatanan proses manajemen sudah terumus dan terarah dengan baik. Perumusan dan arah yang benar merupakan bagian yang terbesar jaminan tercapainya tujuan. Apabila yang diinginkan itu adalah sebuah kebaikan, maka kebaikan itulah yang siap untuk digenggam dan dinikmati.⁸

Ayat ahkam Surat Ar Ra'du ayat 11 juga menjelaskan mengenai regulasi diri:

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِّنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ
حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِّنْ دُونِهِ مِن وَالٍ



Artinya: *“Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merubah Keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, Maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia.”*⁹

⁸ <http://anung.sunan-ampel.ac.id/?p=713>. 15 April 2013

⁹Departemen Agama RI. *Al-Qur'an Dan Terjemahannya*. (Bandung, CP. Penerbit Diponegoro, 2008) hal.250

Dari ayat di atas kita bisa mengambil kesimpulan bahwa individu pada dasarnya memiliki kemampuan untuk mengatur dan mengontrol dirinya, hal tersebut dipengaruhi oleh adanya motivasi yang paling kuat adalah dari diri seseorang. Motivasi sangat berpengaruh dalam gerak-gerik seseorang dalam setiap perilaku. Peranan motivasi itu sangat besar artinya dalam bimbingan dan mengarahkan seseorang terhadap tingkah laku keseharian, namun terdapat motivasi tertentu yang sebenarnya timbul dalam diri manusia karena terbukanya hati manusia terhadap hidayah Allah.

Manusia memotivasi dan mengarahkan tindakan mereka melalui kontrol proaktif dengan membuat tujuan yang bernilai yang dapat menciptakan suatu keadaan yang disequilibrium, dan kemudian mengerakkan kemampuan serta usaha mereka berdasarkan estimasi yang bersifat antisipatif mengenai apa yang diperlukan untuk mencapai tujuan tersebut.¹⁰

Senada dengan firman tersebut Allah memerintahkan kepada manusia untuk berbuat kepada kebaikan dan berikhtiar kepada-Nya, dengan individu mampu mengatur dan mengontrol tindakan serta usahanya yang telah disesuaikan dengan tujuannya maka Allah akan memberikan hasil atas apa yang telah manusia perbuat. Sehingga apapun hasil yang diberikan manusia dapat menerimanya dengan jiwa yang besar.

¹⁰ Feist & Feist. *Teori Kepribadian, Edisi 7.*(Jakarta:Penerbit Salemba Humanika,2010).hal.219

B. Konsep Kemandirian

1. Pengertian Kemandirian

Para ahli psikologi menggunakan dua istilah yang berkaitan dengan kemandirian, yakni *independence* dan *autonomy*. Berdasarkan konsep *independence*, Steinberg menyatakan bahwa anak yang sudah mencapai *independence* ia mampu menjalankan atau melakukan sendiri aktifitas hidup terlepas dari pengaruh kontrol orang lain terutama orang tua. Kemandirian yang mengarah kepada konsep *independence* ini merupakan bagian dari perkembangan *autonomy* selama masa remaja, hanya saja *autonomy* mencakup dimensi emosional, behavioral, dan nilai.¹¹

Konsep yang sering kali digunakan atau yang berdekatan dengan kemandirian adalah yang sering disebut dengan istilah *autonomy*. *Autonomy* adalah keadaan pengaturan diri. *Autonomy*, *autonomy drive* artinya (otonomi, dorongan otonomi), kebebasan individu manusia untuk memilih, untuk menjadi kesatuan yang bisa memerintah, menguasai dan menentukan dirinya sendiri.¹²

Emil Durkhem memaparkan bahwa kemandirian tumbuh dan berkembang karena dua faktor, yakni:

- a. Disiplin yaitu adanya aturan bertindak dan otoritas
- b. Komitmen terhadap kelompok

Kemandirian (*self reliance*) adalah kemampuan untuk mengelola semua yang dimiliki, tahu bagaimana mengelola waktu, berjalan dan berfikir secara

¹¹ L. Steinberg. *Adolescence-Third Edition*. (New York : McGraw-Hill, Inc, 1952). hal. 300

¹² Chaplin. *Kamus Psikologi*. (Jakarta: Rajawali Press, 1993). hal. 243

mandiri, disertai dengan kemampuan mengambil resiko dan memecahkan masalah. Dengan demikian, tidak ada kebutuhan untuk mendapatkan persetujuan orang lain ketika hendak melangkah atau melakukan sesuatu yang baru. Individu yang mandiri tidak membutuhkan petunjuk yang detail dan terus-menerus tentang bagaimana mencapai produk akhir, ia bisa bersandar kepada diri sendiri. Kemandirian berkenaan dengan tugas dan keterampilan bagaimana mengerjakan sesuatu, bagaimana mencapai sesuatu atau bagaimana mengelola sesuatu.¹³

Parker juga berpendapat bahwa kemandirian juga berarti adanya kepercayaan terhadap ide – ide diri sendiri. Kemandirian berkenaan dengan kemampuan menyelesaikan sesuatu hal sampai tuntas. Kemandirian berkenaan dengan hal yang dimilikinya tingkat kompetensi fisikal tertentu sehingga hilangnya kekuatan atau koordinasi tidak akan pernah terjadi ditengah upaya seseorang mencaapai sasaran. Kemandirian berarti tidk adanya keragu – raguan dalam menetapkan tujuan dan tidak dibatasi oleh kekuatan akan kegagalan.¹⁴

Dari paparan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa kemandirian remaja merupakan kemampuan untuk berdiri sendiri dengan lata lain tidak bergantung pada orang lain dalam menentukan keputusan, mampu melaksanakan tugas dengan penuh tanggung jawab, dan memiliki nilai pribadi atas diri sendiri.

¹³ Deborah, K. Parker. *Menumbuhkan Kemandirian dan Harga Diri Anak*. (Jakarta:Prestasi Pustakaraya, 2006).hal. 226

¹⁴ Ibid,

2. Aspek – aspek Kemandirian

Menurut Steinberg, terdapat tiga aspek kemandirian remaja, yakni:

a. Kemandirian emosional (*emotional autonomy*)

Kemandirian emosional didefinisikan sebagai kemampuan remaja untuk tidak tergantung pada dukungan emosional orang lain, terutama orang tua. Pemudaran ikatan emosional anak dengan orang tua pada masa remaja terjadi dengan sangat cepat. Percepatan pemudaran hubungan itu terjadi seiring dengan semakin mandirinya remaja dalam mengurus diri sendiri.

Proses psikososial lainnya yang mendorong remaja mengembangkan kemandirian emosional adalah perubahan pengungkapan kasih sayang, meningkatnya pendistribusian kewenangan dan tanggung jawab, dan menurunnya interaksi verbal dan kesempatan penjumpaan bersama antara remaja dan orang tua, di suatu pihak dan semakin larutnya remaja dalam pola – pola hubungan teman sebaya untuk menyelami hubungan dunia kehidupan yang baru di luar keluarga di pihak lain. kedua pihak ini lambat laun akan mengendorkan simpul – simpul ikatan emosional infantil anak dengan orang tua.

Aspek pertama kemandirian emosional adalah *de-idealized*, yaitu kemampuan remaja untuk tidak mengidealkan orang tuanya. Perilaku yang dapat dilihat ialah remaja memandang orang tua tidak selamanya tahu, benar, dan memiliki kekuasaan, sehingga pada saat menentukan sesuatu maka mereka tidak lagi bergantung kepada dukungan emosional orang tuanya.

Aspek kedua dari kemandirian emosional adalah pandangan tentang *parents as people*, yaitu kemampuan remaja dalam memandang orang tua sebagaimana orang lain pada umumnya. Perilaku yang dapat dilihat ialah remaja melihat orang tua sebagai individu selain sebagai orang tuanya dan berinteraksi dengan orang tua tidak hanya dalam hubungan orang tua – anak, tetapi juga dalam hubungan antar individu.

Aspek ketiga dari kemandirian emosional adalah *nondependency*, yaitu suatu derajat dimana remaja tergantung pada dirinya sendiri daripada kepada orang tuanya untuk suatu bantuan. Perilaku yang dapat dilihat ialah mampu menunda keinginan untuk segera menumpahkan perasaan kepada orang lain, mampu menunda keinginan untuk meminta dukungan emosional kepada orang tua atau orang dewasa lain ketika menghadapi masalah.

Aspek keempat dari kemandirian emosional pada remaja adalah mereka memiliki derajat individuasi dalam hubungan dengan orang tua (*individuated*). Individuasi berarti perilaku lebih bertanggung jawab. Perilaku individuasi yang dapat dilihat ialah mampu melihat perbedaan antara pandangan orang tua dengan pandangannya sendiri tentang dirinya, menunjukkan perilaku yang lebih bertanggung jawab.

b. Kemandirian perilaku (*behavioral autonomy*)

Kemandirian perilaku pada remaja adalah kemandirian yang mengarah pada kemampuan remaja membuat keputusan secara bebas dan konsekuen atas keputusan tersebut. Remaja yang memiliki kemandirian perilaku bebas dari pengaruh pihak lain dalam menentukan pilihan dan keputusan. Tetapi bukan

berrati mereka tidak perlu pendapat orang lain. Bagi remaja yang memiliki kemandirian perilaku memadai, pendapat atau nasehat orang lain yang sesuai dijadikan sebagai dasar pengembangan alternatif pilihan untuk dipertimbangkan dalam pengambilan keputusan. Melalui pertimbangan diri sendiri dan sugesti orang lain ia mengambil suatu keputusan yang mandiri bagaimana seharusnya berperilaku atau bertindak.

Terdapat tiga domain kemandirian perilaku yang berkembang pada masa remaja. Pertama, mereka memiliki kemampuan mengambil keputusan yang ditandai oleh (a) menyadari adanya resiko dari tingkah lakunya, (b) memilih alternatif pemecahan masalah didasarkan atas pertimbangan diri sendiri dan orang lain dan (c) bertanggung jawab atas konsekuensi dari keputusan yang diambilnya. Kedua, mereka memiliki kekuatan terhadap pengaruh pihak lain yang ditandai oleh (a) tidak mudah terpengaruh dalam situasi yang menuntut konformitas, (b) tidak mudah terpengaruh tekanan teman sebaya dan orang tua dalam mengambil keputusan dan (c) memasuki kelompok sosial tanpa tekanan. Ketiga, mereka memiliki rasa percaya diri yang ditandai oleh (a) merasa mampu memenuhi kebutuhan sehari –hari di rumah dan di sekolah, (b) merasa mampu memenuhi tanggung jawab di rumah dan di sekolah, (c) merasa mampu mengatasi sendiri masalahnya, (d) berani mengemukakan ide atau gagasan.

c. Kemandirian nilai (*values autonomy*)

Kemandirian nilai pada remaja mengarah pada kemampuan pemaknaan mengenai prinsip tentang benar dan salah. Kemandirian nilai merupakan proses yang paling kompleks, tidak jelas bagaimana proses berlangsung dan

pencapaiannya, melalui proses internalisasi yang pada lazimnya tidak disadari, umumnya berkembang paling akhir dan paling sulit dicapai secara sempurna disbanding dengan aspek kemandirian lainnya. Kemandirian nilai yang dimaksud adalah kemampuan individu menolak tekanan untuk mengikuti tuntutan orang lain tentang keyakinan dalam bidang nilai. Perkembangan kemandirian nilai didukung oleh kemandirian emosional dan kemandirian perilaku yang memadai.

Dalam perkembangan kemandirian nilai, terdapat tiga perubahan yang teramati pada masa remaja. Pertama, keyakinan akan nilai – nilai semakin abstrak, perilaku yang dapat dilihat ialah remaja mampu menimbang berbagai kemungkinan dalam bidang nilai misalnya, remaja mempertimbangkan berbagai kemungkinan yang akan terjadi pada saat mengambil keputusan yang bernilai moral. Kedua, keyakinan akan nilai – nilai semakin mengarah pada yang bersifat prinsip. Perilaku yang dapat dilihat ialah berpikir dan bertindak sesuai dengan prinsip yang dapat dipertanggungjawabkan dalam bidang nilai. Ketiga, keyakinan akan nilai – nilai keyakinan dan nilainya sendiri. Misalnya remaja menggali kembali nilai-nilai yang selama ini diyakini kebenarannya.

Upaya remaja ini hakekatnya merupakan proses evaluasi akan nilai – nilai yang diterimanya melalui orang lain. Sebagian besar perkembangan kemandirian nilai dapat ditelusuri pada karakteristik perubahan kognitif. Dengan meningkatnya kemampuan rasional dan makin berkembangnya kemampuan berpikir hipotesis remaja, maka timbul minat – minat remaja pada bidang – bidang ideology dan filosofi dan cara remaja melihat persoalan –

persoalan semakin mendetail. Oleh karena proses tersebut maka perkembangan kemandirian nilai membawa perubahan – perubahan pada konsepsi – konsepsi remaja tentang moral, politik, ideology, dan persoalan – persoalan agama.¹⁵

3. Faktor Yang Mempengaruhi Kemandirian

Perkembangan kemandirian dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Muhammad Ali dan Muhammad Asrori ada sejumlah faktor yang sering disebut sebagai korelat bagi perkembangan kemandirian yaitu sebagai berikut:

a. Gen atau keturunan orang tua

Orang tua yang memiliki sifat kemandirian tinggi sering kali menurunkan anak yang memiliki kemandirian juga. Namun, faktor keturunan ini masih menjadi perdebatan karena ada yang berpendapat bahwa sesungguhnya bukan sifat kemandirian yang diturunkan kepada anaknya melainkan sifat orang tuanya yang muncul berdasarkan cara orang tua mendidik anaknya.

b. Pola asuh orang tua

Cara orang tua mengasuh dan mendidik anak akan mempengaruhi perkembangan kemandirian anak remajanya. Orang tua yang terlalu banyak melarang atau mengeluarkan kata “jangan” kepada anak tanpa disertai dengan penjelasan yang rasional akan menghambat perkembangan

¹⁵http://file.upi.edu.Direktori.FIPJUR._Psikologi_Pend_Dan_Bimbingan197102191998021-Nandang_Budimanperkembangan_Kemandirian.pdf

kemandirian anak. Sebaliknya, orang tua yang menciptakan rasa aman dalam interaksi keluarganya akan dapat mendorong kelancaran perkembangan anak. Demikian dengan orang tua yang sering membanding-bandingkan anak yang satu dengan lainnya juga akan berpengaruh kurang baik terhadap perkembangan kemandirian anak.

c. Sistem pendidikan di sekolah

Proses pendidikan di sekolah yang tidak mengembangkan demokratisasi pendidikan dan cenderung menekankan indoktrinasi tanpa argumentasi akan menghambat perkembangan kemandirian remaja. Demikian juga proses pendidikan yang banyak menekankan pentingnya pemberian hukuman atau sanksi (*punishment*) juga dapat menghambat perkembangan kemandirian remaja. Sebaliknya, proses pendidikan yang lebih menekankan pentingnya penghargaan terhadap potensi anak, pemberian *reward* dan penciptaan kompetisi positif akan memperlancar perkembangan kemandirian remaja.

d. Sistem kehidupan di masyarakat

Sistem kehidupan masyarakat yang terlalu menekankan pentingnya hierarki struktur sosial, merasa kurang aman atau mencekam serta kurang menghargai manifestasi potensi remaja dalam kegiatan produktif dapat menghambat kelancaran perkembangan remaja. Sebaliknya, lingkungan yang aman, menghargai ekspresi potensi remaja dalam bentuk berbagai

kegiatan dan tidak terlalu hierarkis akan merangsang dan mendorong perkembangan kemandirian remaja.¹⁶

Sedangkan menurut Elizabeth, beberapa faktor yang mempengaruhi kemandirian antara lain :

a. Pola asuh orang tua

Orang tua dengan pola asuh yang demokratis sangat merangsang kemandirian anak dimana orang tua memiliki peran sebagai pembimbingnya untuk memperhatikan dan memperlakukan terhadap setiap aktivitasnya dan kebutuhan anak, terutama yang berhubungan dengan studi dan pergaulannya baik di lingkungan keluarga maupun sekolah.

b. Jenis kelamin

Anak yang berkembang dengan pola tingkah laku maskulin lebih mandiri dibandingkan pada anak yang mengembangkan pola tingkah laku feminim.

c. Urutan posisi anak

Anak pertama yang diharapkan untuk bisa menjadi contoh teladan dan menjaga adiknya, lebih berpeluang untuk anak bungsu yang mendapatkan perhatian berlebihan dari orang tua dan kakak-kakaknya berpeluang lebih kecil.¹⁷

¹⁶. Mohammad Ali, Mohammad Asrori. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*.(Jakarta: Bumi Aksara,2006).hal. 118

¹⁷. Elizabeth B. Harloc. *Perkembangan Anak* Jilid 2.(Jakarta:Erlangga, 1990).hal.203

4. Ciri-ciri Kemandirian

Individu dikatakan telah mencapai kemandirian apabila telah melekat beberapa cirri kemandirian dalam dirinya. Parker, menyatakan bahwa ciri-ciri pribadi yang mandiri adalah:

- a. Tanggung jawab, berarti memiliki tugas untuk menyelesaikan sesuatu dan diminta pertanggung jawaban atas hasil kerjanya.
- b. Independensi, adalah suatu kondisi dimana seseorang tidak tergantung kepada otoritas dan tidak membutuhkan arahan. Independensi juga mencakup ide adanya kemampuan mengurus diri sendiri dan menyelesaikan masalah diri sendiri.
- c. Otonomi dan kebebasan untuk menentukan keputusan sendiri. Yaitu kemampuan menentukan arah sendiri (*self-determination*) berarti mampu mengendalikan atau mempengaruhi apa yang akan terjadi kepada dirinya sendiri.
- d. Keterampilan memecahkan masalah, dengan dukungan dan arahan yang memadai, individu akan terdorong untuk mencapai jalan keluar bagi persoalan-persoalan praktis relasional mereka sendiri.¹⁸

Ciri-ciri lain terkait kemandirian menurut Mahmud, yang mana teori otonominya lebih banyak membahas tentang perkembangan otonomi pada remaja. Ciri-ciri kemandirian remaja menurut Mahmud adalah sebagai berikut:

¹⁸. Deborah, K. Parker. *Menumbuhkan Kemandirian dan Harga Diri Anak*. (Jakarta: Prestasi Pustakaraya, 2006). hal. 233

- a. Kemampuan untuk membuat keputusan-keputusan sendiri.
- b. Kemampuan menjalankan peranan-peranan baru, yaitu perubahan-perubahan dalam peranan dan aktifitas sosial.
- c. Kemampuan memikul tanggung jawab.
- d. Memiliki rasa percaya pada diri sendiri, dan
- e. Memiliki kejelasan nilai pribadi, yaitu berupa kemampuan membedakan benar dan salah berdasarkan sistem nilai.¹⁹

Tim Pustaka Familia juga berpendapat bahwa ciri-ciri kemandirian adalah sebagai berikut:

- a. Mampu berpikir dan berbuat untuk dirinya sendiri, ia aktif, kreatif, kompeten dan tidak tergantung pada orang lain dalam melakukan sesuatu dan tampak spontan.
- b. Mempunyai kecenderungan memecahkan masalah, ia mampu dan berusaha mencari cara untuk menyelesaikan masalah yang dihadapinya.
- c. Tidak merasa takut mengambil resiko dengan mempertimbangkan baik buruknya dalam menentukan pilihan dan keputusan.
- d. Percaya terhadap penilaian sendiri sehingga tidak sedikit-sedikit bertanya atau minta bantuan kepada orang lain dalam mengerjakan tugasnya.
- e. Mempunyai kontrol diri yang kuat dan lebih baik terhadap hidupnya. Berarti ia mampu mengendalikan tindakan, mengatasi masalah, dan mampu mempengaruhi lingkungan atas usaha sendiri.²⁰

¹⁹.Dimiyati.Mahmud.*Psikologi Pendidikan Suatu Pendekatan Terapan*. (Jogjakarta:BPFE,1990)
.hal. 65

²⁰.Tim Pustaka Familia. *Membuat prioritas, Melatih Anak Mandiri*. (Yogyakarta:Kanisius, 2006).
hal.45

4. Kemandirian Dalam Tinjauan Islam

Dalam perspektif Islam, kemandirian dijelaskan dalam Al-Qur'an Surat Al – Israa' ayat 84:

قُلْ كُلُّ يَعْمَلُ عَلَى شَاكِلَتِهِ ۚ فَرَبُّكُمْ أَعْلَمُ بِمَنْ هُوَ أَهْدَى سَبِيلًا ﴿٨٤﴾

Artinya: Katakanlah: "Tiap-tiap orang berbuat menurut keadaannya masing-masing". Maka Tuhanmu lebih mengetahui siapa yang lebih benar jalannya. Termasuk dalam pengertian Keadaan disini ialah tabiat dan pengaruh alam sekitarnya.²¹

Ayat ahkam tersebut menjelaskan bahwasannya setiap individu akan memikul tanggung jawab atas apa yang telah dilakukannya. Pada dasarnya individu bertindak atas kehendaknya sendiri dan bukan keinginan orang lain. Saat manusia terlahir tiap individu telah memiliki bakat masing – masing yang akan dipergunakan untuk menjadi manusia yang terus berusaha menjadi lebih baik atau buruk kelak. Manusia adalah makhluk Allah yang paling sempurna yang dikaruniai akal dan qalb, akal yang akan mempertimbangkan baik atau buruknya sesuatu dan qalb yang akan menyeimbangkan serta merasakan.

Kemandirian juga disitir dalam Al-Qur'an Surat Al-Ahzab ayat 72:

إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ تَحْمِلَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا ﴿٧٢﴾

²¹ Departemen Agama RI. *Al-Qur'an Dan Terjemahannya*. (Bandung. CP. Penerbit Diponegoro, 2008) hal.290

Artinya: “Sesungguhnya Kami telah mengemukakan amanat kepada langit, bumi dan gunung-gunung, Maka semuanya enggan untuk memikul amanat itu dan mereka khawatir akan mengkhianatinya, dan dipikullah amanat itu oleh manusia. Sesungguhnya manusia itu Amat zalim dan Amat bodoh.”²²

Manusia mandiri adalah manusia yang memiliki harga diri dan kepercayaan diri. Kemampuan yang dimiliki manusia merupakan inti dari kemandirian untuk tetap berjuang melalui segala rintangan dalam kehidupan. Keuntungan menjadi manusia yang mandiri adalah, ia akan memiliki wibawa. Sehebat – hebat peminta – minta pasti tidak akan mempunyai wibawa. Keuntungan lainnya, ia menjadi lebih percaya diri dalam menghadapi hidup ini. Orang – orang yang terlatih menghadapi masalah sendiri akan berbeda semangatnya dalam mengarungi hidup ini dibandingkan dengan orang yang selalu bersandar kepada orang lain.²³

Orang – orang yang mandiri cenderung lebih tenang dan lebih terteram dalam menghadapi hidup ini. Selain siap mengarungi, orang mandiri juga memiliki mental yang mantap. Mandiri adalah sikan mental, usaha seseorang untuk menjadi mandiri, diantaranya:

Pertama, mandiri itu awalnya memang dari mental seseorang. Jadi seseorang harus memiliki tekad yang kuat untuk mandiri. Rasulullah SAW adalah sosok pribadi mandiri. Beliau lahir dalam keadaan yatim, dan tidak lambat sesudahnya beliau menjadi yatim piatu namun, Rasulullah SAW memiliki tekad yang kuat untuk hidup mandiri tidak menjadi beban bagi orang lain.

²² Departemen Agama RI. *Al-Qur'an Dan Terjemahannya*. (Bandung.CP.Penerbit Diponegoro, 2008) hal.72

²³ Abdullah.Gymnastiar.*Malu Jadi Benalu*.(Bandung:Khas MQ,2005).hal.12

Kedua, orang mandiri harus memiliki keberanian. Berani mencoba dan berani memikul resiko. Jadi, kemandirian itu hanya milik pemberani. Orang yang bermental mandiri, tidak akan menganggap kesulitan menjadi kesulitan melainkan sebagai tantangan dan peluang. Kalau tidak berani mencoba, itulah kegagalan.

Ketiga, orang mandiri harus memiliki tingkat keyakinan pada Allah. Harus yakin Allah yang menciptakan, Allah yang memberikan rezeki. Manusia tidak memiliki apa –apa kecuali yang Allah titipkan. Bergantung pada sesama manusia hanya akan menyiksa diri, karena dia juga belum mampu menolong dirinya sendiri.²⁴

Kemandirian yang diajarkan Rasulullah SAW tidak lain bertujuan untuk membentuk pribadi – pribadi muslim menjadi pribadi yang kreatif, berusaha dengan maksimal, pantang menyerah, dan pantang menjadi beban orang lain, mampu mengembangkan diri, dan gemar bersedekah dengan harta yang didupatkannya.²⁵

C. Remaja

1. Pengertian Remaja

Pengertian remaja banyak diungkapkan dengan beberapa istilah yang berbeda, namun pada prinsipnya memberikan maksud dan arti yang sama. Berikut pengertian remaja menurut beberapa ahli.

²⁴ Ibid,hal 13-16

²⁵ Ibid,hal 26

Chaplin mendefinisikan remaja sebagai periode antara pubertas dan kedewasaan.²⁶ Sedangkan pendapat Monks yang menyebutkan bahwa masa remaja masa transisi atau peralihan, karena remaja belum memperoleh status orang dewasa tetapi tidak lagi memiliki status kanak-kanak.²⁷

Menurut Hurlock, pengertian *adolescence* atau remaja berasal dari bahas latin yakni *adolescere* yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah *adolescence*, seperti yang dipergunakan saat ini mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik.²⁸

Piaget mengartikan istilah remaja atau *adolescence* dalam pengertiannya yang lebih luas mencakup kematangan mental, emosional, sosial, fisik. Secara psikologis masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak. Integrasi dalam masyarakat (dewasa) mempunyai banyak aspek efektif, kurang lebih berhubungan dengan masa puber. Termasuk juga perubahan intelektual yang mencolok. Transformasi intelektual yang khas dari cara berpikir remaja ini memungkinkannya untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini.²⁹

²⁶ Chaplin. *Kamus Lengkap Psikologi*. Terjemahan Kartini Kartono. (Jakarta: Raja Grafindo, 2002).hal.12

²⁷ Monks, dkk. *Psikologi Perkembangan*. (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2001).hal. 60

²⁸ Hurlock, B.E. *Psikologi Perkembangan*. terjemahan. (Jakarta: Erlangga, 1980).hal.206

²⁹ Ibid

Senada yang dikemukakan oleh Hamalik masa remaja atau masa adolesen dapat dipandang sebagai suatu masa di mana individu dalam proses pertumbuhannya (terutama fisik) telah mencapai kematangan. Periode ini menunjukkan suatu masa kehidupan, dimana kita sulit untuk memandang remaja itu sebagai anak-anak, tapi tidak juga sebagai orang dewasa. Mereka tidak dapat dan tidak mau lagi diperlakukan sebagai anak-anak. Sementara itu mereka belum mencapai kematangan yang penuh dan tidak dapat dimasukkan kedalam kategori orang dewasa.³⁰

Dari beberapa definisi yang dikemukakan oleh para ahli mengenai remaja, maka dapat disimpulkan bahwa remaja adalah suatu masa peralihan dari anak-anak menuju masa dewasa. Dalam proses peralihan ini banyak faktor-faktor yang berkembang secara pesat baik dari segi fisik, emosional, psikis, sosial, maupun intelektual.

2. Tugas-tugas Perkembangan Remaja

Tugas perkembangan pada masa remaja menuntut perubahan besar dalam sikap dan pola perilaku anak. Semua tugas perkembangan pada masa remaja dipusatkan pada penanggulangan sikap dan pola perilaku yang kekanak-kanakan dan merupakan persiapan menuju masa kedewasaan.

Menurut William W. Wattenberg membicarakan tugas-tugas untuk masa remaja awal adalah sebagai berikut:

³⁰ Oemar Hamalik. *Psikologi Remaja*. (Bandung: Mandar Maju, 1995). hal.1

1. Memiliki kemampuan untuk mengawasi diri sendiri sebagai orang dewasa.

Pada masa ini keaktifan-keaktifan dan kemungkinan-kemungkinan untuk mengerjakan bermacam-macam hal bertambah. Dengan bertambahnya kemungkinan-kemungkinan untuk mengerjakan bermacam-macam hal ini, timbul pula makin banyak hal yang boleh dilakukan dan yang tidak boleh dilakukan. Maka dari itu anak remaja pada masa ini harus dapat mengawasi diri sendiri agar tidak mengerjakan hal-hal yang kurang baik.

2. Mendapatkan kebebasan.

Dalam berbagai lapangan anak remaja belajar membuat keputusan-keputusan sendiri dan makin lama makin kurang menyandarkan diri kepada orang tua dan orang dewasa lainnya.

3. Bergaul dengan teman pria dan wanita.

Pada masa ini timbul rasa kesadaran bahwa anak remaja pria dan wanita senang saling bergaul. Pada umumnya dalam waktu ini kencan dan pacaran merupakan hal yang penting dalam hidupnya.

4. Memperkembangkan keterampilan-keterampilan baru.

Dalam masa remaja ini remaja mempersiapkan diri untuk menjadi dewasa. Maka dari itu mereka berusaha mempelajari dan menguasai keterampilan-keterampilan untuk mengerjakan berbagai hal yang biasanya dikerjakan oleh orang dewasa.

5. Mendapatkan gambaran mengenai dirinya sendiri.

Oleh karena sudah akan meningkat ke kedewasaan, maka anak remaja pada waktu ini membuat gambaran yang boleh dikatakan jelas dari pada apa yang

dikerjakannya dengan baik dan dalam hal-hal apakah sebenarnya dia kurang. Gambaran dari dirinya sendiri ini menjadi dasar daripada pemikiran dan tindakan-tindakanya dan menjadi pembimbingnya di masa depan.³¹

Menurut Hurlock, tugas-tugas perkembangan remaja adalah sebagai berikut:

1. Mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita.
2. Mencapai peran sosial pria dan wanita.
3. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif.
4. Mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab.
5. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya.
6. Mempersiapkan karier ekonomi.
7. Mempersiapkan perkawinan dan keluarga.
8. Memperoleh perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku – mengembangkan ideologi.³²

Sedangkan Luella Cole mengklasifikasikan tugas-tugas perkembangan kedalam Sembilan kategori yaitu: (1) Kematangan emosional; (2) penetapan minat-minat heteroseksual; (3) kematangan sosial; (4) emansipasi dari kontrol keluarga; (5) kematangan intelektual; (6) memilih pekerjaan; (7) menggunakan waktu senggang secara tepat; (8) memiliki filsafat hidup; (9) identifikasi diri.³³

³¹ Susilowindradini. *.Psikologi Perkembangan Masa Remaja*.(Surabaya:Usaha Nasional,1986). hal.168-160

³² Hurlock, B.E.*Psikologi Perkembangan* .terjemahan.(Jakarta:Erlangga,1980).hal.10

³³ Yusuf, L.N.*Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*.(Bandung.Rosda Karya,2002).hal.73

Dari beberapa pemaparan diatas maka dapat diungkapkan bahwa penguasaan tugas-tugas perkembangan bagi remaja sangat penting, sehingga individu (remaja) diharapkan mampu melaksanakan tugas-tugas perkembangan dengan baik serta mengembangkan keterampilan-keterampilan yang dimiliki dan mendapatkan gambaran mengenai bagaimana keadaan dirinya sendiri. Kegagalan remaja menguasai tugas-tugas perkembangan akan menyebabkan remaja tidak bahagia, menimbulkan penolakan serta hambatan untuk tugas-tugas perkembangan berikutnya, sebaliknya remaja yang berhasil melaksanakan tugas-tugas perkembangan dengan baik dia akan merasa bahagia dan sukses dalam tugas-tugas perkembangan selanjutnya.

3. Ciri-ciri Masa Remaja

Menurut Hurlock, seperti halnya dengan semua periode yang penting selama rentang kehidupan, masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakan dengan periode sebelum dan sesudahnya. Ciri-ciri tersebut adalah sebagai berikut:

a. Masa Remaja Sebagai Periode Yang Penting

Masa remaja merupakan periode yang lebih penting dari pada beberapa periode lainnya, karena akibatnya langsung terhadap sikap dan perilaku, dan ada lagi yang penting karena akibat-akibat jangka panjangnya. Perkembangan fisik yang cepat dan penting di sertai dengan cepatnya perkembangan mental yang cepat, terutama pada awal masa remaja.

Semua perkembangan itu menimbulkan perlunya penyesuaian mental dan perlunya membentuk sikap, niat dan minat baru.

b. Masa Remaja Sebagai Periode Peralihan

Periode peralihan merupakan masa dimana beralihnya dari satu fase menuju ke fase berikutnya atau masa kanak-kanak beralih ke masa dewasa. Seperti dijelaskan oleh Osterrieth, “Struktur psikis anak remaja berasal dari masa kanak-kanak, dan banyak ciri yang umumnya dianggap sebagai ciri khas masa remaja sudah pada akhir masa kanak-kanak.” Dalam setiap periode peralihan, status individu tidaklah jelas dan terdapat keraguan akan peran yang harus dilakukan. Pada masa ini, remaja bukan lagi seorang anak dan juga bukan orang dewasa.

c. Masa Remaja Sebagai Periode

Perubahan. Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja dengan tingkat perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung pesat. Dan kalau perubahan fisik menurun maka perubahan sikap dan perilaku juga menurun. Ada Lima perubahan yang sama yang hampir bersifat universal, yaitu:

1. Meningkatnya emosi
2. Perubahan tubuh
3. Perubahan Minat dan peran yang diharapkan kelompok sosial
4. Berubahnya minat dan pola perilaku
5. Sebagian besar remaja bersikap ambivalen terhadap setiap perubahan.

d. Masa Remaja Sebagai Usia Bermasalah

Masalah pada masa remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan. Ada dua alasan bagi kesulitan tersebut, yaitu: Pertama, sepanjang masa kanak-kanak, masalah kanak-kanak sebagian diselesaikan oleh orang tua dan guru-guru, sehingga kebanyakan remaja tidak berpengalaman dalam mengatasi masalah. Kedua, karena para remaja merasa diri mandiri, sehingga mereka ingin mengatasi masalahnya sendiri, menolak bantuan dari orang tua dan guru.

e. Masa Remaja Sebagai Masa Mencari Identitas

Pada awal tahun masa remaja, penyesuaian diri dengan standar kelompok masih tetap penting bagi anak laki-laki dan perempuan. Lambat laun mereka mulai mendambakan identitas diri dan tidak puas lagi dengan menjadi sama dengan teman-temannya dalam segala hal.

f. Masa Remaja sebagai Usia yang Menimbulkan Ketakutan

Seperti yang ditunjukkan oleh Majeres (dalam Hurlock) “banyak anggapan populer tentang remaja yang mempunyai arti yang bernilai, dan sayangnya diantaranya yang bersifat negatif”.

g. Masa Remaja sebagai Masa yang Tidak Realistis

Remaja cenderung memandang kehidupan melalui kaca berwarna merah jambu. Ia melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal cita-cita.

h. Masa Remaja sebagai Ambang Masa Dewasa

Dengan semakin mendekatnya usia kematangan yang sah, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa. Oleh karena itu mereka mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa, yaitu merokok, minum-minuman keras, menggunakan obat-obatan, dan terlibat dalam pergaulan bebas. Mereka menganggap bahwa perilaku ini akan memberikan citra yang mereka inginkan.³⁴

4. Kemandirian Remaja

Dalam perkembangan remaja dikatakan sebagai anak yang menuju kedewasaan dan mengalami peralihan yang mencakup berbagai perubahan, remaja yang berada dalam masa dewasa akan berusaha untuk melepaskan diri dari ikatan-ikatan orang tuanya. Remaja ingin mengambil keputusan sendiri, akan tetapi sering pula pemikiran-pemikiran sebelumnya kurang mendalam maupun kurang di dahului pembentukan dasar-dasar yang kuat. Remaja tidak mudah mengakui bahwa kedewasaan yang telah di capainya baru dalam aspek-aspek tertentu saja, seperti bidang fisik, perkelaminan. Sedangkan aspek mentalnya belum sepenuhnya selesai dalam proses pendewasaannya, mereka sudah bertingkah laku menyerupai orang dewasa akan tetapi tanggung jawab dalam tindakan-tindakannya belum dapat diperlihatkan.³⁵

³⁴ Ibid,hal.207-209

³⁵ . Gunarsa.S.D..*Psikologi Untuk Keluarga*.(Jakarta:PT.BPK Gunung Mulia,1967).hal 79

Hurlock menjelaskan bagi remaja yang mendambakan kemandirian, usaha untuk mandiri secara emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lain merupakan tugas perkembangan yang tidak mudah, namun kemandirian emosi tidaklah sama dengan kemandirian perilaku. Banyak remaja yang ingin mandiri serta membutuhkan rasa aman yang diperoleh dari ketergantungan emosi pada orang tua atau orang dewasa lain. Hal ini menonjol pada remaja yang statusnya dalam kelompok sebaya tidak meyakinkan atau yang kurang memiliki hubungan akrab dengan anggota kelompok.³⁶

Perkembangan kemandirian dapat dilihat sejak individu masih anak-anak dan akan berkembang terus sampai akhirnya akan menjadi sifat-sifat yang relatif tetap dan tentu saja harus didukung oleh hubungan keluarga serta lingkungan yang baik. Perkembangan kemandirian menjadi sangat penting karena dewasa ini semakin terlihat gejala-gejala negatif berikut ini :

1. Ketergantungan disiplin kepada kontrol dari luar dan bukan karena niat sendiri secara ikhlas. Dewasa ini rasanya semakin sulit menumukan kedisiplinan baik di jalan, dan berbagai lembaga dan institusi.
2. Sikap tidak peduli terhadap lingkungan hidup, baik lingkungan fisik maupun sosial. Gejala kerusakan lingkungan, baik yang dapat diperbaharui maupun yang tidak dapat diperbaharui semakin tak terkendali, yang penting mendapatkan keuntungan finansial.
3. Sikap hidup komformistik tanpa pemahaman dan kompromistik dengan mengorbankan prinsip. Kecenderungan untuk mematuhi dan menghormati

³⁶. Elizabeth B. Harlock.1990. *Perkembangan Anak* Jilid 2. Jakarta:Erlangga.hal.209

orang lain semakin dilandasi bukan oleh hakikat kemanusiaan sejati melainkan hanya karena atribut-atribut sementara yang dimiliki oleh orang lain.³⁷

D. Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Kemandirian Remaja

Kemandirian merupakan salah satu bagian yang penting pada perkembangan masa remaja. Pencapaian kemandirian merupakan kerangka menjadi individu yang lebih dewasa. Terkadang remaja mengalami kesulitan dalam memperjuangkan pemutusan ikatan infantile yang berkembang dan dinikmati dengan penuh rasa nyaman selama masa anak – anak. Perkembangan kemandirian mendasari remaja untuk dapat menentukan sikap, mengambil keputusan dengan tepat, serta keajegan dalam menentukan dan melakukan prinsip – prinsip kebenaran dan kebaikan.

Regulasi diri diperlukan agar individu dapat menjalankan kehidupannya sesuai dengan tujuannya. Dengan pengelolaan diri yang baik, maka individu dapat mengontrol diri dan dapat bertanggung jawab atas dirinya. Dalam kehidupan di sekolah, terutama di SMK dengan berbagai permasalahan yang kompleks perlu adanya regulasi diri yang baik dari setiap peserta didiknya. Peserta didik dapat dikatakan mempunyai regulasi diri yang baik apabila peserta didik mampu aktif dalam proses belajarnya. Peserta didik akan mampu mencapai tujuannya dengan menyampaikan gagasan, perasaan, dan

³⁷. Mohammad Ali, Mohammad Asrori. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. (Jakarta : Bumi Aksara, 2006).hal.109

tindakan. Pada umumnya peserta didik tidak membuat rencana dan tidak memiliki tujuan serta target yang jelas dalam belajarnya. Regulasi diri dapat membantu peserta didik dalam memiliki kebiasaan belajar yang baik, disisi lain peserta didik akan percaya dengan kemampuan yang dimilikinya tentu dengan meningkatkan usaha mencapai target belajar.

Dengan regulasi yang baik, meskipun peserta didik mengalami kegagalan, mereka akan mampu mengevaluasi kesalahan dengan tindakan yang lebih baik jika mereka memiliki kemampuan mengelola diri yang baik. Sebaliknya, peserta didik akan tetap memiliki tindakan yang kurang terarah dalam proses belajar dan aktifitasnya jika peserta didik memiliki regulasi diri yang kurang. Jadi regulasi diri merupakan faktor yang signifikan untuk membentuk suatu kemandirian remaja yang baik. Jika semua peserta didik dapat memiliki regulasi diri yang baik, maka pencapaian kemandirian akan menjadi maksimal. Selain itu, dengan regulasi diri yang baik maka peserta didik dapat membina hubungan yang baik dengan lingkungannya, baik ketika ada di lingkungan yang baru dikenalnya maupun dengan lingkungan yang telah lama dikenalnya. Hal itu dapat meminimalisir keraguan dan ketidakpercayaan diri peserta didik dalam usaha mencapai kemandiriannya.

Akan tetapi, setiap peserta didik tentunya mempunyai tingkat regulasi diri yang berbeda-beda. Ada peserta didik yang memiliki kemampuan yang baik untuk meregulasi diri, namun juga ada peserta didik yang kurang mampu untuk meregulasi diri. Dari perbedaan tingkat kemampuan regulasi inilah dapat diketahui dari kemandirian yang dimiliki oleh peserta didik itu sendiri.

E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang diajukan oleh peneliti berdasarkan landasan teori yang dipaparkan adalah: “Ada hubungan positif antara tingkat regulasi diri dengan tingkat kemandirian remaja pada peserta didik kelas XII di SMKN 1 Malang”. Dengan kata lain, semakin tinggi tingkat regulasi diri maka semakin tinggi pula tingkat kemandirian remaja pada peserta didik kelas XII di SMKN 1 Malang, sebaliknya semakin rendah tingkat regulasi diri maka semakin rendah pula tingkat kemandirian remaja pada peserta didik kelas XII SMKN 1 Malang.



