

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Usia remaja merupakan masa peralihan yang sangat penting dalam kehidupan seseorang. Masa remaja merupakan tahap perkembangan yang dimulai pada usia 10 hingga 12 tahun, ditandai oleh perubahan biologis, emosional, dan kognitif yang signifikan, dan berlanjut hingga usia 18 sampai 21 tahun ketika individu dianggap telah mencapai kematangan fisik dan psikologis yang memungkinkan mereka menjalani kehidupan dewasa secara mandiri (King, 2017). Pada masa ini, individu menghadapi berbagai tuntutan perkembangan, baik dari dalam diri maupun dari lingkungan sosial, yang jika tidak terpenuhi dapat menghambat pertumbuhan psikologis selanjutnya (Fredericksen, dkk., 2021). Masa remaja kerap dianggap sebagai fase krusial dalam perjalanan perkembangan individu. Pada tahap ini, remaja sering diidentikkan dengan periode penuh tantangan, pencarian jati diri, serta proses transisi menuju kedewasaan (Lestari, dkk., 2022).

Menurut Havighurst (Supramito, 2022) remaja memiliki sejumlah tugas perkembangan penting, seperti menjalin hubungan yang matang dengan teman sebaya, memahami peran gender, mencapai kemandirian emosional dari orang tua, mempersiapkan kemandirian ekonomi, mengembangkan kemampuan intelektual, dan membentuk nilai-nilai hidup. Salah satu aspek penting dalam tugas perkembangan ini adalah membangun peran sosial dan hubungan dengan orang lain, yang memerlukan kepercayaan diri. Kepercayaan diri diartikan sebagai keyakinan individu terhadap kemampuan, nilai, dan potensi dirinya, yang membuatnya dapat bertindak tanpa rasa cemas berlebihan (Fitria, dkk., 2023). Kepercayaan diri memengaruhi cara remaja menilai diri, mengambil keputusan, dan berinteraksi secara sosial (Dianningrum & Satwika, 2021). Kartini (Adawiyah, 2020) Individu dengan kepercayaan diri

yang baik akan lebih tahan terhadap tekanan, mampu mengendalikan situasi, yakin pada potensinya, serta terhindar dari sikap rendah diri.

Ketidakpercayaan diri pada remaja dapat menimbulkan berbagai akibat dan dampak yang memengaruhi perkembangan psikologis, sosial, hingga akademik mereka. Menurut Mega (2024), individu dengan kepercayaan diri rendah cenderung merasa tidak aman dan meragukan kemampuannya, sehingga peningkatan kepercayaan diri menjadi penting untuk membantu mereka merasa lebih positif, mengatasi ketakutan, serta menghadapi tantangan baru demi mencapai kesuksesan. Selain itu, individu dengan tingkat kepercayaan diri yang rendah juga sering mengalami rasa malu dan ketakutan berlebihan, yang menyebabkan kesulitan dalam mengungkapkan pendapat atau berbicara di hadapan orang lain karena khawatir dianggap tidak menarik, tidak tepat, atau menyinggung perasaan, sehingga pada akhirnya lebih memilih untuk diam sebagai bentuk perlindungan diri dari penilaian negatif (Asiani, 2022). Rendahnya kepercayaan diri pada remaja umumnya hanya menimbulkan ketidaknyamanan emosional sementara, tetapi pada sebagian remaja dapat berkembang menjadi masalah psikologis serius seperti depresi, keinginan bunuh diri, gangguan makan, dan kenakalan, terutama jika kondisi tersebut diperparah oleh tekanan eksternal seperti transisi sekolah, konflik keluarga, atau tekanan sosial, sehingga meningkatkan risiko gangguan psikososial secara signifikan (Santrock, 2003). Oleh karena itu, rendahnya kepercayaan diri pada remaja bukanlah masalah ringan, melainkan kondisi yang dapat menghambat perkembangan diri dan memicu gangguan psikologis apabila tidak mendapat perhatian dan dukungan yang memadai dari lingkungan sekitar. Data dari Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (Yulianti, dkk., 2025) menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri anak-anak di Indonesia masih tergolong rendah, dengan sekitar 56% di antaranya adalah anak Perempuan.

Salah satu faktor keluarga yang berkontribusi terhadap kepercayaan diri remaja adalah keberadaan dan keterlibatan ayah dalam pengasuhan. Fenomena fatherless atau ketidakhadiran

ayah, baik secara fisik maupun psikologis, menjadi isu yang semakin mendapat perhatian. Saif (Fajriyanti, dkk., 2024) mengungkapkan Indonesia menempati peringkat ketiga *fatherless country* di dunia. *Fatherless* tidak hanya berarti ayah tidak tinggal bersama anak, tetapi juga mencakup kondisi ketika ayah hadir secara fisik namun tidak terlibat dalam komunikasi, dukungan emosional, dan pembentukan karakter anak (Fajriyanti, dkk., 2024). Kondisi *fatherless* menunjukkan pentingnya peran *secure attachment* antara ayah dan anak. *Secure attachment* merupakan hubungan emosional yang aman, hangat, dan penuh kepercayaan, yang ditandai oleh konsistensi, responsivitas, dan dukungan ayah terhadap kebutuhan anak (Bowlby, 1988). Pada remaja perempuan, *secure attachment* dengan ayah menjadi landasan penting untuk mengembangkan rasa percaya diri, kemandirian, dan kemampuan bersosialisasi. Hubungan yang aman dengan ayah memberikan rasa diterima, dihargai, dan didukung, yang pada akhirnya membentuk persepsi positif terhadap diri. Namun, penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan *secure attachment* ayah dengan kepercayaan diri remaja perempuan, khususnya di tingkat MTs, masih terbatas. Hal inilah yang mendorong dilakukannya penelitian ini untuk melihat sejauh mana *secure attachment* ayah berkontribusi terhadap kepercayaan diri remaja perempuan.

B. Rumusan Masalah

Kepercayaan diri merupakan salah satu modal penting bagi individu, terutama remaja, dalam meraih keberhasilan. Menurut Lauster (Rais, 2022), kepercayaan diri adalah sikap yakin terhadap kemampuan diri sendiri, yang membuat seseorang tidak mudah merasa cemas dalam bertindak, bebas mengekspresikan diri sesuai minatnya, mampu bertanggung jawab atas tindakannya, serta bersikap ramah dan santun dalam menjalin hubungan sosial.

Kepercayaan diri tidak dibentuk secara instan, melainkan hasil dari proses yang berlangsung secara bertahap melalui pengalaman hidup, dukungan sosial, khususnya dari keluarga, serta latihan yang konsisten dalam menghadapi berbagai situasi. Gekarsa (2024)

menyatakan bahwa kepercayaan diri terbentuk melalui pengalaman hidup, interaksi sosial, dan dukungan dari lingkungan terdekat khususnya orang tua.

Santrock (2003) mengidentifikasi bahwa faktor-faktor seperti penampilan fisik, konsep diri, hubungan dengan orang tua, serta dukungan dari teman sebaya memiliki peran penting dalam membentuk kepercayaan diri remaja. Individu yang memiliki konsep diri positif cenderung mampu menghargai dirinya sendiri, memahami potensi yang dimiliki, serta memandang setiap pengalaman hidup secara konstruktif. Dengan demikian, ia lebih mudah melihat berbagai hal positif yang dapat dilakukan untuk mengembangkan kemampuan, menghadapi tantangan, dan meraih keberhasilan di masa yang akan datang (Puspitasari & Laksmiwati, 2012). Sejumlah penelitian terdahulu mendukung pandangan ini dan menunjukkan keterkaitan antara faktor-faktor tersebut dengan tingkat kepercayaan diri pada remaja.

Faktor penampilan fisik, khususnya citra tubuh, terbukti memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kepercayaan diri remaja perempuan. Penelitian oleh Dianningrum dan Satwika (2021) menemukan adanya hubungan positif antara citra tubuh dengan kepercayaan diri, menunjukkan bahwa remaja dengan persepsi positif terhadap tubuhnya cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi. Temuan ini diperkuat oleh Syazaid, dkk. (2023) dan Ifdil, dkk. (2017), yang masing-masing menunjukkan hubungan kuat antara body image dan kepercayaan diri, terutama pada usia 16–17 tahun, dan mencatat korelasi yang sangat tinggi, menegaskan pentingnya persepsi fisik dalam pembentukan rasa percaya diri.

Kepercayaan diri, konsep diri dan harga diri remaja juga dipengaruhi oleh interaksi dengan lingkungan, termasuk media sosial. Penelitian Adawiyah (2020) menunjukkan bahwa penggunaan media sosial seperti TikTok dapat memengaruhi kepercayaan diri remaja secara signifikan, dengan pengaruh sebesar 54,5%. Temuan ini menyoroti bahwa citra diri yang dibentuk melalui media turut berperan dalam membentuk kepercayaan diri remaja.

Gottman dan Claire (Ramadhanti, dkk., 2021) mengungkapkan bahwa kelekatan yang kuat dengan orang tua, khususnya ayah, dapat membantu anak dalam mengembangkan empati, kepedulian, dan keterampilan sosial yang baik. Berk (Ramadhanti, dkk., 2021) menambahkan bahwa kelekatan yang sehat dengan ayah berkontribusi terhadap perkembangan kognitif, emosional, dan sosial anak secara jangka panjang.

Menurut Santrock (Andani, dkk., 2020), interaksi ayah yang penuh kasih, terbuka dalam komunikasi, dapat diandalkan, dan memberikan dukungan serta kepercayaan, sangat berpengaruh dalam perkembangan sosial anak. Bahkan penelitian oleh Frank Fustenberg dan Kathleen Haris (Andani, dkk., 2020) menunjukkan bahwa keterlibatan ayah dalam pengasuhan dapat membantu anak dalam menghadapi berbagai permasalahan hidup.

Faktor hubungan dengan orang tua, juga sangat berperan dalam pembentukan kepercayaan diri. Penelitian oleh Antu dan Zees (2023), serta Juniawati dan Zaly (2021), menunjukkan bahwa kekerasan verbal dari orang tua berhubungan negatif dengan kepercayaan diri remaja. Hal ini menunjukkan bahwa pola asuh yang tidak suportif dapat menghambat terbentuknya kepercayaan diri. Sebaliknya, penelitian Irma, dkk. (2020) menemukan adanya hubungan positif antara kelekatan orang tua dan kepercayaan diri pada anak usia dini, yang menunjukkan pentingnya pola interaksi hangat sejak kecil. Demikian pula penelitian oleh Ningsih, dkk. (2022), menemukan hubungan signifikan antara pola asuh dan kepercayaan diri remaja, mendukung pandangan bahwa relasi dengan orang tua menjadi pondasi utama dalam perkembangan psikososial remaja.

Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa hubungan interpersonal, persepsi diri, dan lingkungan sosial berperan penting dalam membentuk kepercayaan diri remaja. Akan tetapi, di antara berbagai variabel tersebut, *secure attachment* dengan ayah merupakan aspek yang relatif jarang menjadi fokus penelitian secara khusus, meskipun baik dari segi teori maupun praktik, faktor ini memiliki peranan yang sangat signifikan. Ayah sering kali dianggap sebagai figur

otoritas dan pelindung dalam keluarga. Hubungan emosional yang aman, suportif, dan responsif antara ayah dan anak perempuan diyakini mampu membentuk kepercayaan diri yang kokoh. *Secure attachment* dengan ayah menciptakan rasa aman, validasi diri, dan keyakinan bahwa individu berharga serta mampu menghadapi tantangan.

Berdasarkan hasil telaah konseptual dan temuan empiris di atas, peneliti tertarik meneliti secara khusus hubungan antara *secure attachment* dengan ayah dan kepercayaan diri remaja perempuan, sebagai kontribusi terhadap literatur pengasuhan berbasis ayah (*father-based parenting*).

Rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara *secure attachment* ayah dengan kepercayaan diri remaja perempuan?

C. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara *secure attachment* ayah dengan kepercayaan diri remaja perempuan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi, khususnya psikologi perkembangan dan perilaku kognitif remaja. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi rujukan ilmiah dalam memahami hubungan antara kelekatan emosional dengan orang tua (terutama ayah) dan pembentukan kepercayaan diri pada remaja perempuan.

2. Manfaat Praktis

- a) Bagi orang tua. Penelitian diharapkan dapat memberikan informasi dan pemahaman kepada orang tua mengenai pentingnya peran emosional ayah dalam proses perkembangan psikologis dan kepercayaan diri anak Perempuan

- b) Bagi remaja perempuan. Penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran remaja mengenai faktor-faktor yang memengaruhi rasa percaya diri mereka, sehingga dapat menjadi refleksi dalam membangun hubungan yang sehat dengan orang tua serta meningkatkan self-awareness.
- c) Bagi pendidik dan konselor. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam merancang program intervensi atau layanan konseling yang bertujuan untuk memperkuat kepercayaan diri remaja melalui penguatan relasi keluarga, terutama hubungan antara remaja dan ayah.
- d) Bagi penelitian selanjutnya. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan dan referensi untuk penelitian yang serupa di masa mendatang, khususnya dalam mengkaji pengaruh kelekatan terhadap perilaku kognitif remaja. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi bahan perbandingan dan pengembangan untuk kajian yang lebih luas dalam bidang psikologi keluarga dan perkembangan remaja. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan dan referensi untuk penelitian yang serupa di masa mendatang, khususnya dalam mengkaji pengaruh kelekatan terhadap perilaku kognitif remaja. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi bahan perbandingan dan pengembangan untuk kajian yang lebih luas dalam bidang psikologi keluarga dan perkembangan remaja.