

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah masa peralihan atau masa transisi dari anak menuju dewasa (Hurlock, dalam Sobur 2003). Masa remaja atau dikenal dengan istilah *adolescence* mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik (Piaget dalam Hurlock, 2012). Pada setiap tahapan perkembangannya remaja memiliki tugas-tugas perkembangan yang menggambarkan perubahan-perubahan yang akan terjadi. Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik (Hurlock, 2012). Keberhasilan atau kegagalan dalam melaksanakan tugas perkembangan pada periode usia tertentu akan mempengaruhi berhasil atau tidaknya seseorang dalam menjalankan tugas perkembangan pada periode usia selanjutnya. Ini merupakan masa yang penting dalam rentang kehidupan, suatu periode peralihan, suatu masa perubahan, usia bermasalah, saat dimana individu mencari identitas, usia yang menakutkan, masa tidak realistis dan ambang dewasa (Hurlock, 2012). Remaja yang berusaha menemukan identitas dirinya dihadapkan pada situasi yang menuntut harus mampu menyesuaikan diri bukan hanya terhadap dirinya sendiri tetapi juga pada lingkungannya, dengan demikian remaja dapat mengadakan interaksi yang seimbang antara diri sendiri dengan lingkungan sekitar termasuk pada lingkungan tempat tinggalnya.

Ditinjau dari tempat tinggalnya, terdapat remaja yang tinggal bersama orang tuanya, tinggal di pondok pesantren, dan ada pula yang tinggal di panti asuhan. Berdasarkan wawancara sementara yang dilakukan peneliti di Panti Asuhan Al Hidayah

Kedungbetik Kesamben Jombang, alasan remaja panti asuhan mengalami situasi yang *stressful*, berkaitan dengan akomodasi, nutrisi, masalah keuangan, distres yang berhubungan dengan hubungan interpersonal, dan kecemasan akan masa depan mereka. Dari beberapa alasan yang dapat menyebabkan remaja panti asuhan berada dalam situasi *stressful* tersebut, mereka lebih dominan mengalami kecemasan terhadap masa depan yang akan mereka hadapi.

Setiap individu memiliki rencana akan masa depannya kelak, termasuk dengan melanjutkan studi hingga ke pendidikan tinggi dengan harapan menjadi sarjana, dan mendapatkan pekerjaan yang dapat membantu memenuhi kebutuhannya di masa yang akan datang. Ketika lulus dari pendidikan tinggi, atau setelah memutuskan tidak tinggal di panti asuhan, kemungkinan mereka tidak dapat langsung mendapatkan pekerjaan atau bekerja di tempat yang diinginkan karena beberapa kondisi yang ada, atau berbagai ketidak pastian tentang kondisi masa depan mereka setelah dewasa. Ketidak pastian tersebut akan memicu timbulnya rasa cemas pada remaja panti asuhan terhadap masa depan. Seperti yang dijelaskan oleh Daradjat (Arsy, 2011), hal yang ditakutkan atau yang dikhawatirkan remaja untuk menghadapi masa depan adalah sempitnya lapangan kerja, dan persaingan yang ketat dalam bidang pekerjaan serta mengenai pembentukan rumah tangga di masa depan. Selain itu, Zaleski (Nadira & Zarfiel, 2013), mengungkapkan bahwa masa depan adalah sebuah tempat perencanaan, menetapkan tujuan yang ingin dicapai dan merealisasikannya, namun individu terkadang tidak meyakini apakah tujuannya akan tercapai atau tidak sehingga menimbulkan kecemasan.

Chaplin (Nursilawati, 2010), menyatakan bahwa kecemasan adalah perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut. Selain itu, Nevid (Nursilawati, 2010), menyatakan bahwa kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan aprehensif bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Kecemasan yang dialami oleh remaja ini menyebabkan remaja ingin mencari rasa aman, nyaman serta berusaha untuk dapat keluar dari kegelisahan. Hal tersebut dapat diperoleh remaja dengan meningkatkan religiusitasnya.

Menurut Glock dan Stark (Ilham & Firdaus, 2019), religiusitas merupakan tingkat konsepsi seseorang terhadap agama dan tingkat komitmen seseorang terhadap agamanya. Pendapat lain mengatakan bahwa religiusitas adalah sebuah ekspresi spiritual seseorang yang berkaitan dengan sistem keyakinan, nilai, hukum yang berlaku dan ritual (Thontowi, dalam Ilham & Firdaus, 2019). Dalam kehidupan individu, nilai keagamaan atau religiusitas juga dapat berfungsi sebagai suatu nilai yang memuat norma-norma tertentu dalam membentuk sistem nilai pada diri individu tersebut. Diharapkan dengan memiliki religiusitas yang memadai, remaja di panti asuhan mampu mengelola kecemasan dalam menghadapi masa depan.

B. Rumusan Masalah

Kehidupan remaja yang tinggal bersama keluarga tentu berbeda dengan remaja yang tinggal di panti asuhan. Remaja yang tinggal di panti asuhan lebih terbiasa

melakukan segala aktivitas dan memenuhi kebutuhannya secara mandiri termasuk menentukan arah tujuan hidupnya di masa mendatang. Dukungan dari pengasuh sangat berarti bagi mereka dalam menentukan orientasi masa depannya, namun seringkali dukungan tersebut kurang didapatkan karena pengasuhnya harus berbagi kasih sayang kepada banyak remaja maupun anak-anak lainnya. Kurangnya dukungan tersebut membuat remaja yang tinggal di panti asuhan merasa pesimis dan cemas dalam menghadapi masa depannya.

Kecemasan yang terjadi pada diri individu akan membuat individu tersebut merasa rendah diri, meremehkan diri sendiri, menganggap dirinya tidak menarik dan menganggap dirinya tidak menyenangkan untuk orang lain. Kecemasan menghadapi masa depan disebabkan karena individu menilai dirinya tidak memiliki sumber daya atau kemampuan untuk mengatasi situasi yang diperkirakan akan muncul. Kecemasan merupakan fenomena kognitif, yang berfokus pada hasil yang negatif dan ketidakjelasan hasil di masa depan. Jadi, perasaan negatif dan memperkirakan hasil-hasil yang negatif (Pitaloka, dalam Arsy 2011).

Kecemasan sebenarnya adalah hal yang normal didalam kehidupan, kecemasan sangat dibutuhkan sebagai pertanda akan bahaya yang mengancam, namun ketika kecemasan terjadi terus-menerus, tidak rasional dan intensitasnya meningkat, maka kecemasan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan disebut sebagai gangguan kecemasan (*anxiety disorder*). Kecemasan sendiri merupakan suatu perasaan takut, khawatir dan kehilangan kepercayaan diri yang tidak jelas asal maupun wujudnya. Situasi cemas dan khawatir perlu dihadapi dan dikelola dengan baik. Religiusitas

seseorang menjadi salah satu hal yang dapat dijadikan individu untuk mengeliminasi rasa kepanikan dan kecemasan yang berlebih. Religiusitas merupakan nilai-nilai keagamaan yang memuat suatu norma tertentu dalam kehidupan individu. Religiusitas berpengaruh pada kehidupan remaja dalam mengelola konflik pada jiwanya, termasuk mengelola keadaan yang berlawanan seperti : baik – buruk, moral – immoral, kepasifan – keaktifan, rasa rendah diri – rasa harga diri dan juga gangguan kecemasan. Kecemasan yang tidak dapat dikelola dengan baik dapat menimbulkan ketidak yakinan remaja dalam menghadapi masa depannya.

Berdasarkan penjabaran di atas, rumusan masalah yang diajukan adalah adakah hubungan antara religiusitas dengan kecemasan menghadapi masa depan pada remaja yang tinggal di panti asuhan ?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah membuktikan adanya hubungan antara religiusitas dengan kecemasan menghadapi masa depan pada remaja panti asuhan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Menambah khazanah ilmu pengetahuan dan memperkaya hasil penelitian yang telah ada, dan dapat memberi gambaran mengenai hubungan antara religiusitas dengan kecemasan dalam menghadapi masa depan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Penulis

Peneliti dapat meningkatkan pengetahuan mengenai religiusitas dan kecemasan menghadapi masa depan pada remaja yang tinggal di panti asuhan.

b. Bagi Kelompok

Dapat memberikan informasi dan pandangan kepada remaja serta pihak panti asuhan mengenai pentingnya religiusitas sehingga remaja dapat mengelola kecemasan dengan baik.