

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa dimana individu mengalami perubahan dari anak-anak ke dewasa baik itu dari fisik maupun psikologis. Masa transisi seringkali dihadapkan pada situasi yang membingungkan, dikarenakan masih merasa seperti anak-anak dan di lain pihak harus bersikap dewasa. Sehingga bisa mengalami perubahan psikologi remaja yang bisa terlihat dari ketidakstabilan emosi ketika menghadapi sesuatu.

Perubahan emosi yang tidak stabil ini sering kali membuat remaja kesulitan untuk mengelola diri mereka sendiri. Dalam menghadapi berbagai tantangan dan perubahan, kemampuan untuk mengatur pikiran, perilaku, dan emosi menjadi sangat penting. Oleh karena itu, konsep regulasi diri menjadi kunci bagi remaja untuk mencapai keseimbangan dan tujuan pribadi mereka.

Remaja akan sering berada pada keadaan hati yang labil sehingga ini yang mempermudah mereka untuk mengalami permasalahan yang dapat mengganggu tugas perkembangannya. Maka dari itu regulasi diri menjadi suatu hal yang perlu diperhatikan untuk menghadapi suatu perkembangan pada setiap remaja (Apranadyanti dalam Amalia, 2017:522).

Zimmerman dalam Friskilia & Winata (2018:39) menjelaskan regulasi diri sebagai proses yang dipergunakan untuk mengaktifkan serta mengelola pola pikir, perilaku dan emosi dalam mencapai suatu tujuan.

Regulasi diri ialah keterampilan yang penting bagi siswa untuk mencapai prestasi akademik yang baik dan kesejahteraan pribadi. Kemampuan untuk mengatur diri sendiri, termasuk pengelolaan waktu, fokus, emosi, dan motivasi, dapat membantu siswa dalam menghadapi tuntutan pendidikan yang semakin kompleks dan beragam.

Regulasi diri siswa melibatkan kesadaran terhadap diri sendiri dan pengembangan kemampuan untuk mengelola tugas-tugas, tujuan, dan tanggung jawab mereka. Dengan mengenali kekuatan dan kelemahan mereka, siswa dapat mengembangkan strategi yang efektif untuk mengatur waktu mereka, mengatur prioritas, dan mengoptimalkan hasil belajar mereka.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Kusaeri & Mulhamah (2016) tentang Kemampuan Regulasi Diri Siswa serta Dampak Terhadap Prestasi Belajar Matematika. Didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara metakognitif, motivasi dan perilaku terhadap prestasi belajar matematika siswa. Dengan demikian regulasi diri siswa sangat berpengaruh dalam proses pembelajaran siswa, siswa yang memiliki regulasi diri yang tinggi akan lebih fokus dalam kegiatan pembelajaran nya.

Dalam kehidupan sehari-hari ketika menjadi seorang remaja, kita seringkali terpengaruh oleh individu sekitar di lingkungan kita, baik dari orang tua, kakak, adik, tetangga serta teman teman sebaya. Hubungan sosial dengan orang lain ini tentu saja akan sangat berpengaruh terhadap diri kita.

Sebagai seorang siswa tentu saja banyak berinteraksi dan menghabiskan waktu bersama dengan teman sebaya nya baik itu untuk berkumpul, bermain, mengerjakan tugas dan lain sebagainya. Adanya kelompok-kelompok atau yang sering disebut kelompok teman sebaya sangat berpengaruh terhadap perilaku siswa. Kecenderungan untuk meniru tingkah laku orang lain agar dianggap sama dan mengharapkan persamaan dari kelompok tersebut akan membuat individu melakukan hal-hal yang dilakukan oleh mayoritas kelompok tersebut.

Sarafino mengungkapkan individu yang mempunyai dukungan sosial yakin jika mereka dicintai, dihargai serta merupakan bagian dari jejaring sosial, contohnya keluarga ataupun organisasi komunitas yang bisa menolong disaat diperlukan (Apriani, 2019:165)

Konformitas teman sebaya pada remaja bisa menjadi positif dan negatif. Jika individu berada di kelompok dan lingkungan yang positif maka perilaku individu itu tidak jauh berbeda begitu juga sebaliknya. Hal tersebut dibuktikan oleh penelitian yang dilaksanakan oleh Maryanti (2021) yang berjudul “Hubungan Antara Regulasi diri dan Tekanan Teman Sebaya dengan Perilaku Mengemudi Berisiko Pada Siswa SMAN 14 Pekanbaru”.

Didapatkan hasil yaitu terdapat hubungan antara regulasi diri dan tekanan teman sebaya dengan perilaku mengemudi berisiko pada remaja. Dan dari penelitian juga didapatkan hasil bahwa regulasi diri dan tekanan teman sebaya secara keseluruhan memberi sumbangsih efektif terhadap perilaku mengemudi berisiko pada siswa.

Berdasarkan fenomena yang ditemukan ketika Magang Kependidikan 2022 di SMPN 16 Kota Jambi yaitu terdapat siswa-siswa yang mengeluhkan kesulitan mereka dalam mengatur diri dalam menyelesaikan tugas-tugas sekolah serta kesulitan membagi waktu antara belajar, bermain, dan beristirahat. Siswa juga sering mengalami kesulitan dalam mengendalikan diri mereka sendiri, terutama dalam hal mengelola emosi. Mereka mungkin sulit mengendalikan kemarahan, kecemasan, atau godaan untuk melakukan tindakan yang tidak diinginkan.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan enam orang siswa pada hari Kamis tanggal 20 Juli 2023. Didapatkan hasil bahwa kemampuan regulasi diri belum sepenuhnya mampu dilakukan oleh siswa. Sebagian siswa sudah mampu menentukan atau merencanakan tujuan namun sebagian masih bingung apa sebenarnya yang ingin dicapai oleh dirinya sendiri. Terdapat beberapa hambatan yang membuat siswa sulit untuk merealisasikan apa yang telah direncanakannya yaitu siswa seringkali kekurangan motivasi dan merasa tidak percaya diri dengan kemampuan yang dimilikinya. Karena kurangnya rasa percaya diri tersebut maka siswa cenderung lebih memilih untuk ikut-ikutan saja dengan temannya agar tidak

dianggap berbeda dan tidak menjadi minoritas. Contoh perilaku yang ditemukan yaitu terdapat siswa yang berkeinginan untuk mendapatkan nilai yang tinggi pada saat ujian kenaikan kelas, namun setelah selesai ujian nilai yang didapatkan tidak sesuai dengan apa yang diharapkan. Siswa tersebut pun kemudian mengidentifikasi atau mencari tahu apa penyebab dari kegagalannya tersebut dan diketahui penyebabnya karena dirinya yang tidak belajar dengan maksimal sebelum ujian, mengobrol dengan teman serta tidak bertanya tentang materi yang belum dipahami saat guru menjelaskan. Setelah mengetahui penyebab permasalahan nya siswa tersebut tetap melakukannya dan tidak memperbaiki dan tidak mencari solusi dari kesalahan tersebut.

Dengan demikian berarti tahap kemampuan regulasi diri siswa hanya sampai pada tahap *receiving* yaitu penerimaan informasi awal dan tahap *evaluating* yaitu evaluasi dan identifikasi masalah saja. Hal tersebut seharusnya berlanjut hingga ke tahap *searching*, *formulaing*, *implementing* hingga *assessing* supaya kemampuan regulasi diri siswa dapat berjalan dengan baik dan siswa mampu memilih lingkungan yang baik dalam perkembangannya. Menurut siswa, teman sebaya memiliki kontribusi besar dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Hubungan teman sebaya bisa memberikan dampak positif maupun negatif terhadap dirinya. Di dalam hubungan pertemanan biasanya terdapat ketaatan, kesepakatan dan kekompakan. Hal tersebutlah yang membuat siswa tertarik dan merasa nyaman untuk saling berinteraksi dengan teman sebayanya.

Pernyataan diatas sesuai dengan hasil wawancara yang dilakukan dengan guru BK pada hari Kamis tanggal 20 Juli 2023. Didapatkan hasil bahwa menurut guru BK, siswa-siswi di SMPN 16 masih banyak siswa siswi yang belum mampu meregulasi diri dengan baik, untuk mengerjakan tugas atau mendapatkan nilai yang baik saja kurang berusaha untuk mencapai itu, kebanyakan siswa memilih pasrah dan mencontek. Apalagi tentang tujuan hidup yang ingin dicapai, sebagian besar hanya mengikuti kehendak orang tua dan mengikuti teman saja, mereka tidak tahu apakah itu sesuai untuknya atau tidak. Kemudian menurut guru bk, sebagian besar siswa-siswi SMPN 16 Kota Jambi mudah dipengaruhi oleh teman sebaya. Siswa yang saat berada dirumah menjadi anak yang pendiam, kalem dan penurut begitu berada di lingkungan sekolah bisa berubah menjadi siswa yang pelawan, berbicara kasar bahkan melakukan tindakan yang melanggar aturan karena mengikuti ajakan dari teman.

Siswa cenderung meniru perilaku teman sebaya mereka, baik perilaku yang positif maupun negatif. Jika ada kelompok teman sebaya yang tidak memprioritaskan belajar atau memiliki perilaku yang kurang terpuji, siswa mungkin cenderung mengikuti pola tersebut. Konformitas negatif terjadi ketika siswa merasa tekanan untuk menyesuaikan diri dengan norma-norma atau perilaku yang tidak mendukung tujuan akademik atau perilaku positif lainnya. Konformitas negatif dalam hal penggunaan teknologi atau manajemen waktu dapat terjadi ketika siswa merasa tekanan dalam penyesuaian diri dengan norma-norma sosial di sekitar mereka mungkin

tidak mendukung keseimbangan antara kegiatan belajar dan penggunaan teknologi yang sehat. Misalnya, jika teman sebaya kerap kali menghabiskan waktu berjam-jam di media sosial atau permainan online, siswa yang terpengaruh mungkin akan mengalami penurunan produktivitas dan kualitas waktu studi mereka. Hal ini dapat mengganggu regulasi diri siswa dalam mengelola waktu mereka dengan efektif untuk mencapai tujuan akademik dan mengembangkan keterampilan yang diperlukan di dunia nyata.

Begitu juga ketika ada kelompok teman sebaya yang memprioritaskan belajar dengan sungguh-sungguh atau memiliki perilaku yang baik, siswa juga mungkin cenderung mengikuti pola tersebut. Konformitas positif terjadi ketika siswa merasa terdorong untuk menyesuaikan diri dengan norma-norma atau perilaku yang mendukung tujuan akademik atau perilaku positif lainnya. Misalnya, jika sebagian besar teman sebaya cenderung memilih untuk mengerjakan tugas dengan sungguh-sungguh, belajar secara teratur, atau menghormati aturan sekolah, siswa yang terpengaruh dapat mengambil contoh dari mereka. Hal ini dapat membantu meningkatkan motivasi siswa saat belajar dan membantu mereka mengembangkan regulasi diri yang kuat untuk mencapai tujuan akademik dengan lebih efektif.

Hal tersebut sesuai dengan pendapat Zimmerman dalam Ghufroon & Risnawati (2010:63) yang menjelaskan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap regulasi diri yaitu lingkungan. Teori sosial kognitif menempatkan penekanan khusus pada pengaruh sosial dan pengalaman pada tindakan

manusia. Hal ini tergantung pada seberapa mendukung atau tidak mendukung lingkungan itu.

Zimmerman dan Cleary dalam Kristiani (2016:53) juga menyatakan pada masa remaja, kepercayaan pada kemampuan sendiri, yang merupakan bagian dari regulasi diri, begitu dipengaruhi dari perilaku ataupun umpan balik dari individu-individu penting di sekitar siswa, contohnya teman sebaya.

Permasalahan ini penting untuk diteliti dikarenakan regulasi diri yang baik berhubungan dengan prestasi akademis dan kesejahteraan siswa. Jika konformitas teman sebaya memiliki dampak positif, maka guru BK dan orang tua dapat mendukung siswa dalam berkonformitas dengan cara yang lebih efektif. Namun, jika pengaruhnya negatif, maka sangat perlu bagi guru BK dan orang tua untuk mencari cara mengatasi masalah tersebut agar dapat memberikan dukungan yang lebih baik kepada siswa. Dengan mengetahui lebih banyak tentang bagaimana faktor sosial seperti teman sebaya mempengaruhi regulasi diri siswa, maka diharapkan kedepannya bisa merancang strategi yang lebih baik untuk membantu siswa berkembang secara positif.

Berdasarkan penjelasan diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dan melihat apakah benar adanya hubungan antara konformitas teman sebaya dengan regulasi diri siswa. Maka peneliti tertarik untuk

melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Konformitas Teman Sebaya dengan Regulasi Diri Siswa di SMP Negeri 16 Kota Jambi”.

B. Batasan Masalah

Untuk mempermudah penulis dalam melakukan penelitian, maka peneliti membatasi penelitian sebagai berikut :

1. Penelitian terfokus pada perilaku individu yang meniru perilaku teman sebaya nya.
2. Penelitian terfokus pada kemampuan siswa mengelola dirinya dalam mencapai suatu tujuan sebagai wujud dari regulasi diri siswa.
3. Siswa dalam penelitian ini merupakan siswa-siswi kelas VII dan VIII di SMP Negeri 16 Kota Jambi.

C. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat konformitas teman sebaya pada siswa di SMP Negeri 16 Kota Jambi?
2. Bagaimana tingkat regulasi diri pada siswa di SMP Negeri 16 Kota Jambi?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara konformitas teman sebaya dengan regulasi diri siswa di SMP Negeri 16 Kota Jambi?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikembangkan di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengungkapkan tingkat konformitas teman sebaya pada siswa di SMP Negeri 16 Kota Jambi.
2. Untuk mengungkapkan tingkat regulasi diri pada siswa di SMP Negeri 16 Kota Jambi.
3. Untuk mengungkapkan apakah terdapat hubungan yang signifikan antara konformitas teman sebaya dengan regulasi diri siswa di SMPN 16 Kota Jambi.

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dan manfaat praktis. Manfaat tersebut adalah :

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini bisa memberikan sumbangan ilmu bagi keilmuan terkait, sekaligus sebagai bahan telaah bagi penelitian selanjutnya, serta dapat memberikan pemahaman pada pembaca mengenai pentingnya regulasi diri pada siswa dan hubungannya dalam lingkungannya atau teman sebaya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Guru BK

Diharapkan bisa memberi pengetahuan dan acuan kepada guru bimbingan dan konseling dalam melaksanakan pengembangan layanan bimbingan dan konseling kedepannya yang berhubungan dengan pengembangan regulasi diri bagi siswa dan keterkaitan antara konformitas teman sebaya dengan regulasi diri pada siswa.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan penelitian ini bisa dijadikan referensi dan acuan dalam melakukan penelitian yang berhubungan dengan konformitas teman sebaya dan regulasi diri.

F. Hipotesis

Dalam penelitian ini, peneliti merumuskan hipotesis yakni terdapat hubungan yang signifikan antara konformitas teman sebaya dengan regulasi diri siswa di SMP Negeri 16 Kota Jambi.

G. Definisi Operasional

1. Regulasi Diri

Regulasi diri yang dimaksud dalam penelitian ini ialah kemampuan individu untuk mengatur diri mencapai suatu tujuan berdasarkan aspek-aspek berupa metakognitif, motivasi dan perilaku.

2. Konformitas Teman Sebaya

Konformitas teman sebaya yang dimaksud dalam penelitian ini meliputi perilaku individu dalam meniru perilaku teman sebaya

berdasarkan aspek-aspek berupa ketaatan, kesepakatan, dan kekompakan.

H. Kerangka Konseptual

Gambar 1. 1 Kerangka Konseptual

