

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja ialah periode perkembangan yang krusial pada identitas diri seseorang. Erikson pada (Papalia dkk., 2007) menegaskan bahwasannya pada fase berikut individu mengalami tahap *identity vs role confusion*, yakni suatu kondisi psikososial di mana individu berupaya membangun pemahaman yang kohesif terkait dirinya serta menetapkan peran sosial yang dipilihnya. Identitas diri pada penelitian berikut merujuk pada tahapan sejauh mana remaja sudah mengeksplorasi berbagai kemungkinan serta membuat komitmen kepada nilai, tujuan, serta peran sosialnya (Marcia, pada Santrock, 2021). Keberhasilan melewati tahap berikut ditandai dengan terbentuknya identitas diri yang stabil, yang dijadikan fondasi bagi pengambilan keputusan, penentuan tujuan hidup, serta adaptasi sosial di masa depan (Santrock, 2021).

Istilah remaja berasal dari bahasa Latin *adolescentia*, yang bermakna tumbuh ataupun berkembang dijadikan manusia yang lebih bernalar serta dewasa. Piaget (dalam Hurlock, 1990) menjelaskan bahwasannya dengan cara psikologis, masa remaja ialah masa ketika individu tidak lagi merasa berada di bawah pengawasan penuh orang dewasa, melainkan mulai merasakan kesetaraan pada urusan hak. Santrock (2018) menambahkan bahwasannya pada masa berikut remaja mulai mengajukan banyak pertanyaan terkait siapa mereka, ke mana arah hidup mereka, serta apa yang akan mereka hadapi saat tumbuh dewasa. Steinberg (dalam Purwadi, 2004) menjelaskan bahwasannya fase berikut ditandai oleh transformasi penting pada aspek biologis, cara berpikir, serta relasi sosial. Berlandaskan Cremers (dalam Ristianti, 2008), pertanyaan seperti "siapakah aku" kerap muncul selama upaya memahami diri, namun menemukan jawaban atas pertanyaan

tersebut bukan perkara yang mudah, sebab konsep tersebut berkaitan erat dengan identitas yang dimiliki tiap manusia.

Santrock (2003) menjelaskan bahwasannya masa remaja ialah fase peralihan dari tahap anak-anak ke masa dewasa, yang terlihat dari berbagai sisi mulai dari fisik hingga psikologis. Pada periode transisi berikut, remaja berada pada posisi yang berkeinginan untuk berdiri sendiri tanpa bergantung sepenuhnya pada orang tua, namun di sisi lain mereka masih merasa memerlukan dukungan orang tua pada berbagai hal. Erikson (dalam Creimers, 1989) menjelaskan bahwasannya tiap manusia berupaya menegaskan keberadaannya dengan meyakinkan diri bahwasannya dirinya ialah seseorang yang nyata serta bermakna, serta mendapat pengakuan dari lingkungan serta masyarakat selaku individu yang mempunyai peran yang berarti. Sebab itulah, seseorang terdorong guna membangun identitas dirinya. Perubahan juga terjadi pada lingkup sosial remaja jikalau sebelumnya orang tua serta guru dijadikan sosok yang dikagumi, maka ketika memasuki masa remaja peran tersebut lebih banyak digantikan oleh kelompok sebaya, sehingga remaja cenderung lebih mempertimbangkan pandangan teman dibandingkan orang dewasa.

Remaja dengan rentang usia 16-15 tahun yang umumnya bertepatan dengan masa belajar di Sekolah Menengah Atas (SMA) ialah puncak dari fase pencarian identitas diri. Pada jenjang berikut, siswa tidak hanya menghadapi tuntutan akademik yang semakin kompleks, tetapi juga tekanan sosial berupa ekspektasi dari keluarga, teman sebaya, serta lingkungan sekolah (Santrock, 2021). Sholehah dkk (2022) menemukan bahwasannya banyak siswa SMA mengalami berbagai hambatan, seperti kesulitan memahami materi pelajaran, rendahnya motivasi, serta kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah. Kondisi berikut berpotensi memperlemah tahapan eksplorasi identitas yang seharusnya terjadi pada fase berikut. Ketika tahapan pembentukan identitas terhambat, remaja berisiko mengalami kebingungan identitas, yang bisa berdampak pada munculnya

perilaku menarik diri dari lingkungan sosial, penurunan kepercayaan diri, hingga kesulitan menetapkan arah hidup (Santrock, pada Kurniawati, 2017). Dampak lain dari ketidakjelasan identitas bisa terlihat lewat munculnya perilaku menyimpang, tindakan melanggar hukum, ataupun kecenderungan mengasingkan diri dari masyarakat (Destritanti & Syafiq, 2019). Santrock (dalam Kurniawati, 2017) juga menjelaskan bahwasannya saat berada pada fase krisis identitas, remaja umumnya akan berusaha mencari jawaban lewat tahapan eksplorasi, mempertimbangkan berbagai pilihan, membandingkan satu alternatif dengan yang lain, kemudian memilih opsi yang dirasa paling selaras dengan dirinya, sebelum akhirnya mencoba mempertahankan komitmen kepada keputusan tersebut.

Di tengah berbagai faktor eksternal yang memengaruhi tahapan identitas diri, dukungan sosial dari teman sebaya (*peer social support*) ialah faktor yang paling relevan pada masa remaja. Sarafino & Smith (2011) mendefinisikan dukungan sosial selaku persepsi individu kepada ketersediaan serta kualitas bantuan, kepedulian, serta penerimaan yang diberikan oleh orang-orang di sekitarnya. Definisi berikut menegaskan bahwasannya yang diukur pada penelitian berikut ialah *perceived social support*, yakni persepsi subjektif individu kepada dukungan yang diterimanya, bukan semata-mata dukungan yang dengan cara objektif tersedia sebab persepsi inilah yang dengan cara langsung memengaruhi kondisi psikologis individu (Sarafino & Smith, 2011). House (dalam Durado, Tololiu, & Pangemanan, 2013) menjelaskan bahwasannya dukungan sosial ialah relasi antar individu yang di dalamnya terdapat rasa saling memberi pertolongan, mencakup aspek informasi, kepedulian emosional, rasa dihargai, serta pertolongan instrumental yang muncul lewat relasi dengan orang-orang di sekitarnya. Dukungan sosial teman sebaya juga bisa berupa pengarahan sosial serta bantuan praktis yang memperkuat rasa percaya diri serta mengurangi kebingungan identitas pada remaja (Karisma, 2025).

Teman sebaya dijadikan sumber dukungan sosial yang paling berpengaruh pada masa remaja sebab beberapa alasan. Pertama, pada masa remaja terjadi pergeseran orientasi sosial dimana individu mulai mengurangi ketergantungan pada orang tua serta lebih banyak menghabiskan waktu bersama teman sebaya (Wulandari, 2022). Kedua, kelompok teman sebaya dijadikan arena utama bagi remaja guna mengeksplorasi nilai, peran, serta identitasnya di luar lingkungan keluarga (Mardiyah dkk., 2025). Ketiga, remaja cenderung merasa lebih bebas mengungkapkan diri, mencari validasi, serta berbagi pengalaman pada kelompok sebaya dibandingkan dengan orang dewasa (Saida, 2024). Santrock (2021) menambahkan bahwasannya pada kelompok sebaya, individu bisa menemukan jati dirinya serta mengembangkan kecakapan sosialnya seiring dengan tahapan pembentukan kepribadian. Teori ekologi Bronfenbrenner (dalam Papalia dkk., 2007) turut menegaskan pentingnya lingkungan sosial terdekat, termasuk teman sebaya, dalam membentuk perkembangan psikologis individu.

Secara teoritis, dukungan sosial dari teman sebaya berkontribusi pada perkembangan identitas diri lewat beberapa mekanisme. Remaja yang menerima dukungan emosional dari teman sebaya merasa lebih diterima serta dihargai, sehingga lebih berani mengeksplorasi minat serta taraf pribadinya (Hidayati, 2022). Dukungan informasional membantu remaja mendapat perspektif baru dalam memahami diri serta lingkungannya, sementara dukungan penghargaan memperkuat keyakinan kepada kecakapan diri yang ialah bagian penting dari identitas diri yang sehat (Sarafino & Smith, 2011). Remaja yang bisa membangun interaksi yang baik dengan teman seusianya lebih mudah mengungkapkan perasaannya, lebih mudah menyelesaikan masalah, serta lebih terhindar dari gangguan psikologis (Asran & Djamhoer, 2021). Fuhrmann (dalam Shiddiq, 2013) juga menjelaskan bahwasannya pembentukan identitas remaja dipengaruhi oleh berbagai aspek, termasuk relasi sosial serta pergaulan teman sebaya, di samping faktor internal seperti pola pikir serta karakteristik individu.

Mashudi (2012) mengemukakan bahwasannya dukungan sosial ialah bentuk pertolongan yang diberikan kepada seseorang yang sedang menghadapi persoalan, oleh individu yang mempunyai relasi dekat dengannya, seperti saudara ataupun teman serta pada tahapan pencarian identitas, remaja sangat membutuhkan keberadaan dukungan sosial tersebut.

Pengaruh teman sebaya yang bersifat positif bisa menyajikan dorongan serta motivasi bagi remaja untuk berkembang serta mengeksplorasi identitas dirinya. Dukungan positif tersebut turut memfasilitasi terbentuknya identitas yang sehat lewat penguatan tujuan hidup, nilai-nilai bersama, serta lingkungan sosial yang kondusif (Zhang & Qin, 2023). Saputro serta Sugiarti (2021) menjelaskan bahwasannya dukungan sosial teman sebaya yang memadai mengakibatkan seseorang merasa dihargai, penuh cinta, serta dijadikan bagian dari kelompok sosial kondisi yang berkontribusi positif pada kesejahteraan fisik serta psikologisnya. Sebaliknya, pengaruh negatif dari kelompok sebaya bisa menghambat tahapan pembentukan jati diri yang matang (Zhang & Qin, 2023). Kurangnya dukungan sosial dari teman sebaya dikaitkan dengan meningkatnya risiko kebingungan identitas, penurunan motivasi belajar, serta munculnya perilaku menarik diri, agresivitas, ataupun ketidakmampuan mengambil keputusan dengan cara mandiri (Pratama & Nurjanah, 2021). pada jangka panjang, kondisi berikut bisa menghambat tahapan eksplorasi identitas yang sehat serta memperpanjang fase krisis identitas sebagaimana diuraikan oleh Erikson (dalam Papalia dkk., 2007). Wulandari (2022) menambahkan bahwasannya remaja yang mempunyai relasi pertemanan positif lebih bisa mengembangkan strategi koping adaptif ketika menghadapi berbagai tekanan, baik akademik maupun sosial, serta lebih berani mengeksplorasi minat serta taraf pribadi yang pada akhirnya berkontribusi pada pencapaian identitas diri yang lebih stabil.

Interaksi sosial paling intens terjadi di lingkungan sekolah, yang dijadikan arena utama perkembangan sosial remaja. Alfika (2024) menjelaskan bahwasannya di lingkungan

sekolah, identitas remaja terbentuk lewat jaringan relasi yang kompleks mencakup guru, teman sebaya, serta aturan sekolah, yang tidak hanya memengaruhi identitas pribadi tetapi juga membentuk identitas kelompok ataupun subkultur tertentu. lewat kelompok sebaya di sekolah, remaja mendapat perasaan diterima, divalidasi, serta didukung sehingga mereka lebih bisa menghadapi persoalan identitas serta tekanan sosial yang muncul (Mardiyah dkk., 2025). Pada masa remaja, teman sebaya dijadikan agen sosialisasi terpenting sesudah keluarga, terutama ketika individu sedang berada pada fase pembentukan identitas. Eryanti (2020) menambahkan bahwasannya salah satu faktor dari luar yang penting bagi remaja ialah adanya bantuan, motivasi, ataupun rasa didukung dengan cara sosial yang didapatkan dari orang dewasa maupun teman sebaya di lingkungan terdekatnya. Peserta didik sangat membutuhkan dukungan dari lingkungan terdekat, terutama dari kelompok teman sebaya, sebab berbagai bentuk dukungan sosial yang diterima baik berupa motivasi, perhatian, penghargaan, maupun bantuan membuat mereka merasa dicintai, diperhatikan, serta dihargai, sehingga cenderung menumbuhkan perilaku positif serta kemandirian pada diri mereka.

Data empiris memperlihatkan bahwasannya permasalahan identitas diri pada remaja masih cukup signifikan. Studi oleh Pusat Penelitian Kesehatan Mental (2023) menemukan bahwasannya sekitar 40% siswa kelas XII SMA di Indonesia melaporkan merasa bingung dengan jati diri mereka, serta kondisi berikut berkorelasi dengan rendahnya dukungan sosial dari teman sebaya. Penelitian oleh Schwartz dkk. (2020) menegaskan bahwasannya kualitas relasi dengan teman sebaya ialah faktor penting pada perkembangan identitas remaja di berbagai konteks budaya, serta identitas diri yang matang akan membantu mereka dalam menetapkan pilihan pendidikan lanjutan, karir, serta membangun relasi sosial yang sehat. Namun pada kenyataannya, berbagai penelitian nasional serta internasional pada tahun 2020–2025 memperlihatkan bahwasannya masih banyak siswa SMA yang

mengalami kebingungan identitas, rendahnya kepercayaan diri, serta kesulitan dalam mengambil keputusan penting pada hidupnya (Putri, 2023). Kondisi berikut semakin relevan ketika mempertimbangkan bahwasannya pada masa remaja akhir, individu mulai mengurangi ketergantungan pada keluarga serta lebih banyak menghabiskan waktu bersama teman sebaya, sehingga peran dukungan teman sebaya pada pembentukan identitas diri dijadikan semakin besar (Wulandari, 2022).

Minimnya dukungan langsung dari teman sebaya membuat remaja lebih rentan mengalami stres, kecemasan, hingga menurunnya rasa percaya diri (Jenusi & Kristianingsih, 2025). Hal berikut berdampak pada rendahnya kepercayaan diri, munculnya kecemasan, serta ketidakjelasan dalam menetapkan pilihan pendidikan lanjutan. Permasalahan yang kerap tidak bisa diatasi sendiri juga bisa dijadihkan individu merasa tidak puas serta kecewa kepada dirinya, sehingga tidak bisa memberi penghargaan kepada diri sendiri serta berpotensi berkembang dijadihkan permasalahan psikologis yang lebih berat (Afrita & Yusri, 2023). Di sisi lain, penelitian oleh Isfaiyah dkk. (2019) memperlihatkan bahwasannya terdapat relasi positif serta signifikan di tengah dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi siswa. Interaksi dengan teman sebaya memberi peluang bagi remaja untuk berbagi pengalaman, mendapat validasi emosional, serta membangun rasa percaya diri yang pada akhirnya memperkuat ketahanan psikologis mereka. Selain itu, relasi pertemanan yang positif juga dijadihkan wadah bagi remaja guna mengasah keterampilan sosial penting seperti berkomunikasi, menyampaikan pendapat, bekerja sama pada kelompok, hingga menyelesaikan konflik dengan cara konstruktif.

Beberapa penelitian terdahulu sudah memperlihatkan besarnya kontribusi dukungan sosial teman sebaya kepada identitas diri remaja. Penelitian oleh Muttaqin dkk. (2022) memperlihatkan bahwasannya kualitas persahabatan serta pemberian dukungan dari teman sebaya dengan cara signifikan memengaruhi dimensi komitmen serta eksplorasi pada

pembentukan identitas remaja di Indonesia. Studi literatur oleh Asyia (2022) menemukan bahwasannya teman sebaya mempunyai pengaruh besar kepada harga diri (*self-esteem*) remaja, yang ialah bagian dari identitas serta kecakapan penyesuaian diri. Tinjauan sistematis oleh Pollak (2023) menggambarkan bahwasannya pengalaman pertemanan yang positif berhubungan erat dengan perkembangan identitas, kesejahteraan mental, serta ketahanan psikologis remaja. Peran pendidikan sendiri, sebagaimana tertuang pada Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 terkait Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 Ayat 1, diharapkan bisa mewujudkan suasana belajar yang memungkinkan peserta didik berpartisipasi aktif pada pengembangan dirinya, baik dari segi kecakapan spiritual, pengendalian diri, kecerdasan, akhlak mulia, maupun kecakapan yang diperlukan bagi dirinya serta masyarakat luas (Nuraeni, 2022).

Guna mendapat gambaran awal terkait kondisi subjek penelitian, peneliti melaksanakan studi pendahuluan berupa wawancara tidak terstruktur pada tiga siswa kelas XII di SMA Negeri 1 Kendal. Wawancara dilaksanakan dengan cara individual dengan memakai pertanyaan terbuka guna menggali pengalaman serta pandangan siswa dengan cara bebas terkait relasi pertemanan serta bagaimana mereka memandang dirinya sendiri pada lingkungan sosial. Berlandaskan hasil wawancara, memperlihatkan adanya perbedaan pengalaman dukungan sosial teman sebaya pada masing-masing siswa. Satu siswa menyampaikan bahwasannya dirinya merasa mendapat dukungan sosial teman sebaya yang cukup baik. Siswa tersebut mengaku mempunyai teman yang bisa diajak berbagi cerita, merasa diterima pada kelompok pertemanan, serta mendapat perhatian serta bantuan ketika menghadapi kesulitan. Kondisi tersebut membuat siswa merasa lebih nyaman serta percaya diri pada berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Sementara itu, dua siswa lainnya mengungkapkan bahwasannya mereka merasa kurang mendapat dukungan dari teman sebaya. Kedua siswa mengaku sering merasa tidak terlalu dekat dengan lingkungan

pertemanan serta cenderung kesulitan untuk terbuka kepada teman sebayanya. Selain itu, keduanya juga memperlihatkan adanya keraguan kepada diri sendiri, seperti merasa kurang percaya diri, takut tidak diterima oleh kelompok sosial, serta merasa berbeda dengan teman-teman di sekitarnya. Salah satu siswa bahkan mengungkapkan bahwasannya dirinya lebih memilih menarik diri sebab khawatir jikalau keberadaannya tidak dihargai oleh lingkungan pertemanan. Temuan tersebut memperlihatkan bahwasannya dukungan sosial teman sebaya tidak hanya berkaitan dengan relasi sosial remaja dengan cara umum, tetapi juga bisa berhubungan dengan pembentukan identitas diri. Remaja yang merasa diterima serta mendapat dukungan dari lingkungan sosial cenderung lebih mudah mengembangkan pandangan positif kepada dirinya. Sebaliknya, kurangnya dukungan sosial bisa membuat remaja mengalami keraguan kepada identitas dirinya serta kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial.

SMA Negeri 1 Kendal dipilih selaku lokasi penelitian sebab sekolah berikut ialah salah satu sekolah menengah atas negeri yang mempunyai keragaman latar belakang sosial siswa yang cukup representatif di Kabupaten Kendal, sehingga diharapkan bisa menyajikan gambaran yang luas terkait fenomena yang diteliti. Kelas XII dipilih dengan cara spesifik sebab siswa pada jenjang berikut berada pada tahap akhir masa remaja serta tengah menghadapi tuntutan pengambilan keputusan penting terkait pendidikan lanjutan serta karir kondisi yang membuat tahapan pembentukan identitas diri dijadikan sangat krusial pada periode berikut (Santrock, 2021). Selain itu, siswa kelas XII sudah menjalani sebagian besar pengalaman interaksi sosial di lingkungan sekolah, sehingga gambaran terkait kualitas dukungan sosial dari teman sebaya yang mereka rasakan dinilai lebih representatif dibandingkan siswa di kelas yang lebih rendah.

Meskipun sejumlah penelitian sudah mengkaji relasi di tengah dukungan sosial serta berbagai aspek perkembangan remaja, kajian yang dengan cara spesifik memfokuskan

pada relasi di tengah persepsi dukungan sosial teman sebaya dengan tahapan pembentukan identitas diri khususnya pada siswa kelas XII SMA di Indonesia masih terbatas. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak membahas dukungan sosial dari keluarga, ataupun mengkaji dukungan sosial teman sebaya pada kaitannya dengan variabel lain seperti prestasi akademik serta kesejahteraan psikologis (Asyia, 2022; Pollak, 2023). Dengan demikian, terdapat celah penelitian yang perlu diisi, serta penelitian berikut diajukan guna mengisi kekosongan tersebut dengan menyediakan data yang relevan bagi pengembangan strategi pembinaan identitas remaja yang lebih efektif di lingkungan sekolah.

Berlandaskan uraian di atas, peneliti melihat adanya keterkaitan di tengah dukungan sosial teman sebaya serta identitas diri pada siswa kelas XII. Oleh sebab itu, penelitian terkait relasi di tengah dukungan sosial teman sebaya serta identitas diri dijadikan penting untuk dilaksanakan agar bisa menyajikan kontribusi memperkaya kajian terkait peran dukungan sosial teman sebaya kepada perkembangan identitas diri remaja akhir pada konteks lingkungan sekolah. Dengan demikian, diharapkan siswa SMA Negeri 1 Kendal bisa tumbuh dijadikan individu yang mempunyai identitas diri yang kuat, percaya diri, serta siap menghadapi tantangan di masa depan. Berlandaskan hal tersebut, penelitian berikut mengambil judul **"Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Identitas Diri pada Siswa Kelas XII SMA Negeri 1 Kendal"**.

B. Rumusan Masalah

Berlandaskan latar belakang yang sudah dijelaskan di atas, maka bisa dirumuskan permasalahan utama pada penelitian berikut ialah apakah terdapat relasi positif signifikan di tengah dukungan sosial teman sebaya serta identitas diri pada siswa kelas XII SMA Negeri 1 Kendal?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian berikut ialah guna mengetahui relasi di tengah dukungan sosial teman sebaya serta identitas diri pada siswa kelas XII SMA Negeri 1 Kendal.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian dari skripsi "Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Identitas Diri Pada Siswa Kelas XII SMA Negeri 1 Kendal" ialah seperti dibawah ini:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian berikut diharapkan bisa memperkaya kajian pada psikologi perkembangan, khususnya terkait identitas diri remaja kelas XII SMA Negeri 1 Kendal. Hasil penelitian berikut bisa menyajikan kontribusi empiris bagi pengembangan faktor dukungan sosial teman sebaya selaku salah satu variabel penting.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi siswa : penelitian berikut diharapkan bisa menyajikan informasi kepada siswa terkait pentingnya dukungan sosial teman sebaya pada perkembangan identitas diri pada masa remaja.
- b. Bagi sekolah : penelitian berikut diharapkan bisa dijadikan bahan pertimbangan bagi pihak sekolah dalam memahami pentingnya lingkungan sosial yang mendukung perkembangan siswa, khususnya pada interaksi antar teman sebaya.
- c. Bagi orang tua : penelitian berikut bisa menyajikan wawasan kepada orang tua terkait pentingnya relasi sosial remaja dengan teman sebaya pada tahapan perkembangan identitas diri.

- d. Bagi penelitian berikutnya : penelitian berikut bisa dijadikan referensi serta dasar guna mengembangkan penelitian berikutnya yang berkaitan dengan dukungan sosial teman sebaya maupun identitas diri pada remaja.