PERANAN KOMPETENSI SOSIAL PADA TINGKAH LAKU KOPING REMAJA AKHIR

Siti Suminarti Fasikhah

ABSTRACT

Social competence is a from of social skill that can be learned and developed to increase the quality of adolescent's coping behavior since social competence is the index and predictor for the adolescen't healthy adjustment.

The purpose of this study was to investigate the role of social competence on the late adolescent's coping behavior.

The subjects of this study were late adolescent's who were student of the third grade of SMA Batik I, SMA AL Islam I and SMA Muhammadiyah I in Surakarta. They were between 18 - 21 years of age.

The instrumens used to collect the data were social competence and coping behavior scales. The social competence scale was based on four aspects: (a) social knowledge, (b) self confidence, (c) empathy and (d) social sensitivity. The coping behavior scale was categorized into two factors: (a) mature coping behavior and (b) immature coping behavior.

The statistical methods to analyze the data were intercorrelation matrix analysis and simultan regression analysis. The results of this study were as follow : (a) the level of social competence has a role on the quality of adolescent's coping behavior, (b) empathy aspects contributed most to the mature coping behavior and (c) low social sensitivity aspects contributed most to the immature coping behavior.

Periode remaja merupakan massa yang mempunyai akibat penting terhadap sikap dan perilaku, baik akibat langsung maupun tidak langsung, akibat jangka panjang, akibat fisik maupun akibat psikologisnya (Hurlock, 1990). Oleh karena itu sebagai generasi penerus diharapkan remaja akhir dapat berkembang dengan wajar dan mendapat kesempatan secara maksimal untuk menjadi manusia dewasa yang tangguh.

Masa remaja akhir merupakan masa penyesuaian diri dengan lingkungan yang lebih luas yaitu masyarakat tempat ia hidup dengan peranan yang tepat sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Masa ini adalah masa penyesuaian sosial yang merupakan tugas perkembangan yang tersulit (Hurlock, 1980). Mereka harus menjadi seorang mandiri dan harus dapat membina hubungan yang baik dengan lingkungannya (Gunarsa dan Gunarsa, 1991). Bahaya utama akibat perubahan-perubahan yang terjadi pada remaja akhir berkaitan dengan status dirinya adalah penolakan terhadap diri sendiri dan penyelesaian masalah secara neurotik (negatif) atau delikuen (Pikunas, 1976).

Dalam kehidupan sehari-hari sering dijumpai bahwa remaja akhir yang mempunyai kompetensi sosial yang baik akan cenderung mempunyai penyesuaian yang baik pula. Mereka itu adalah remaja akhir yang dapat memahami diri sendiri, memahami norma sosial, bersikap penuh pertimbangan pada orang lain dan mampu mengatur emosi-emosinya. Pada kenyataannya bila menghadapi situasi yang menekan atau dalam menyelesaikan masalah seringkali mereka justru tidak mampu mengembangkan cara-cara penyelesaian masalah yang matang yaitu cenderung kurang fleksibel dan emosional. Dalam psikologi cara-cara penyelesaian masalah yang dihadapi dikenal dengan istilah **coping behavior** (tingkah laku koping) (Lazarus, 1976).

Tingkah laku koping merupakan suatu proses yang dibutuhkan sepanjang waktu, baik di lingkungan keluarga, sekolah mau-

pun masyarakat. Proses ini dapat di pakai sebagai kunci dalam memahami reaksi seseorang terhadap stress atau hambatan-hambatan. Menurut Vaillant (dikutip Powel, 1983) tingkah laku koping dibedakan menjadi dua, yaitu : tingkah laku koping matang (**mature coping behavior**) dan tingkah laku koping tidak matang (**immature coping behavior**).

Tingkah laku kopirtg matang ditunjukkan dengan tiga bentuk tingkah laku koping yaitu : antisipasi, supresi dan humor (Vaillant dikutip Powel, 1983). Tingkah laku koping matang membantu memelihara keharmonisan diri individu, tidak hanya dengan mengurangi kegelisahan, tetapi juga tindakan-tindakan untuk menghilangkan masalah tersebut, berorentasi pada masa kini dan masa yang akan datang, serta merupakan respon yang fleksibel.

Tingkah laku koping tidak matang di tunjukkan dengan tiga bentuk tingkah laku koping yaitu : penyangkalan, distorasi dan proyeksi (Vaillant dikutip Powel, 1983). Ting kah laku koping tidak matang termasuk dalam kategori mekanisme pertahanan diri, orientasinya pada masa lalu dan masa sekarang, serta tidak fleksibel respon-responnya.

Salah satu kualitas pribadi atau karakteristik yang dapat diusahakan, dipelajari dan dikembangkan untuk meningkatkan tingkah laku koping adalah kompetensi sosial. Kompetensi sosial merupakan indeks dan prediktor bagi penyesuaian diri yang sehat (Allen, dkk. 1989).

Remaja akhir yang menghadapi tiap-tiap permasalahan dengan cara-cara yang kompeten akan menghasikan bentuk penyelesaian masalah atau tingkah laku koping matang yang akan memberikan konsekuensi untuk seluruh kehidupannya kelak setelah dewasa, baik bagi dirinya sendiri maupun bagi orang-oran lain di dekatnya (Gordon, 1970). Hal ini sangat penting dan menentukan sekali bagi tercapainya kepuasan dan kebahagiaan hidup seseorang dan orang-orang di sekitarnya. Sebaliknya cara-cara yang tidak kompeten akan menghasilkan tingkah laku koping tidak matang yang akan mengakibatkan timbulnya frustasi, rendah diri, merasa tidak berguna dan merasa sia-sia hidupnya (Powel, 1983).

Selanjutnya dapat disimpulkan bahwa kompetensi sosial mempunyai peranan penting bagi remaja akhir dalam kaitannya dengan tingkah laku koping. Dengan memiliki kompetensi sosial yang baik dapat memahami diri sendiri dan apa yang harus dilakukan yang kemudian akan berkembang kemampuan untuk bertindak secara efektif dan sesuai dengan ketentuan situasi sosial.

B. CARA PENELITIAN

Penelitian ini merupakan studi populasi dengan subyek penelitian remaja akhir yang menjadi siswa kelas III SMA Batik 1, SMA Al-Islam 1 dan SMA Muhammadiyah 1 di Surakarta, berusia 18-21 tahun dengan jumlah subyek penelitian seluruhnya 258 orang.

Alat ukur yang dipergunakan adalah skala evaluasi diri (self reporf) yaitu skala kompetensi sosial dan skala tingkah laku koping.

Skala kompetensi sosial disusun oleh Tetrawanti (1989). Skala ini terdiri dari 34 butir yang sahih dan andal. Butir-butir skala merupakan peristiwa sehari-hari. Perincian aspek yang diungkap pada skala kompetensi sosial dapat di lihat pada tabel 1.

Skala tingkah laku koping disusun berdasarkan konep dari Vaillant (dikutip Powel, 1983). Skala ini terdiri dari 54 butir yang sahih dan andal, penyusunan butir-butir skala tingkah laku koping disesuaikan dengan permasalahan yang dialami remaja akhir. Dari hasil survey terhadap 110 orang remaja akhir siswa kelas III SMA diperoleh beberapa bentuk masalah hipotetik yang merupakan masalah yang dianggap mudah menimbulkan tekanan dan umum dialami remaja akhir. Masalah-masalah tersebut selanjutnya akan dijadikan sebagai batasan-batasan dalam menyusun butir-butir skala tingkah laku koping. Adapun masalah-masalah remaja akhir tersebut adalah (1) mencari identitas diri, (2) konflik dengan orangtua dan perbedaan pendapat, (3) keuangan, (4) pacaran/hubungan lawan jenis, (5) perceraian orang tua, (6) sekolah, (prestasi belajar), (7) perkelahian (moral), selanjutnya perincian aspek yang diungkap pada

Tabel 1
Perincian aspek-aspek Kompetensi Sosial

NO	ASPEK-ASPEK KOMPETENSI SOSIAL
1	Pengetahuan soial adalah adalah pegetahuan mengenai kedaan emosi yang memadai dengan konteks sosial tertentu.
2	Kepercayaan diri dalam melakukan tindakan dan memecahkan suatu masalah
3	Empati adalah kemampuan menghargai orang lain dan tulus dalam menjalin hubungan dengan orang lain.
4	Sensitivitas sosial adalah kemampuan emosionaluntuk menangkap kebutuhan-kebutuhan orang lain.

skala tingkah laku koping dapat di lihat pada tabel 2.

Teknik yang dipakai untuk menganalisis data penelitian ini adalah matriks interkorelasi dan analisis regresi simultan.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dan pembahasan akan berdasarkan analisis matriks interkorelasi dan analisis regresi simultan. Analisis matriks interkorelasi di gunakan untuk mengetahui peranan kompetensi sosial pada tingkah laku koping matang dan tidak matang. Dari analisis regresi simultan akan digunakan melihat sumbangan aspek kompetensi sosial pada tingkah laku koping matang dan tidak matang serta sumbangan aspek-aspek kompetensi sosial pada aspek-aspek tingkah laku koping. Masing-masing analisis akan diberikan pembahasannya tersendiri.

1. Analisis metriks interkorelasi

Dalam tabel 3 terlihat bahwa remaja akhir dengan kompetensi sosial tinggi dalam menghadapi masalah sangat cenderung

Tabel 2.
Perincian aspek-aspek Kompetensi Sosial

No	ASPEK-ASPEK TINGKAH LAKU KOPING
	A.Tingkah laku koping matang
1.	Antisipasi adalah kemampuan mempredikasi pilihan-pilihan yang dilakukan saat ini, untuk masa yang akan datang, membuat rencana-rencana.
2.	Supresi adalah secara sengaja dan terencana mempertimbangkan dan memperhatikan kecemasan-kecemasan yang mungkin terjadi sambil terus mencari kesulitan-kesulitan mental yang mungkin di selesaikan.
3.	Humor adalah sikap menyenangkan diri dari keadaan yang menekan yang di-ekpresikan melalui ide atau perasaan-perasaannya tanpa mengganggu orang lain.
	B. Tingkah laku koping tidak matang
4.	Penyangkalan adalah tidak berani melihat atau mengakui keadaan yang menakutkan atau masalah yang di hadapi
5.	Distorsi adalah terlalu mengharapkan realita yang terjadi sesuai dengan kebutuhan-kebutuhannya.
6.	Proyeksi adalah secara tidak sadar seseorang menghubungkan dengan orang lain suatu pikiran, perasaan dan impulsnya sendiri yang tak dapat diterimanya.

menggunakan bentuk tingkahlaku koping matang (0,303). Jadi semakin tinggi kompetensi sosial semakin matang tingkah laku kopingnya. Remaja yang memiliki kompetensi sosial yang baik cenderung bertingkah laku konstruktif, obyektif dan fleksibel dalam menghadapi masalah. Seperti yang dikemukakan oleh Lari (1990) bahwa remaja yang kompeten cenderung optimis dan berpandangan positif terhadap kehidupan. Membebaskan diri dari situasi-situasi yang menekan diperlukan pikiran yang terbimbing dan benar. Pola berpikir manusia yang positif akan mempengaruhi cara-cara yang digunakan seseorang dalam menghadapi masalah yaitu cara-cara yang matang. Seseorang harus membangun kemampuan kompetensi sosial dirinya untuk mengamankan diri, agar tidak menjadi korban berbagai peristiwa dan pemikiran-pemikiran yang berlebih-lebihan.

Tabel 3.
Ringkasan hasil perhitungan analisis matriks interkorelasi

	Tingkah laku koping matang	Tingkah laku koping tidak matang
KOMPETENSI SOSIAL	0,303	-0,458
P	0,000	0,000

Tabel 3 juga memperlihatkan bahwa remaja akhir dengan kompetensi sosial rendah dalam menghadapi masalah sangat cenderung menggunakan bentuk tingkah laku koping tidak matang (-0,458). Jadi semakin rendah kompetensi sosial semakin tidak matang tingkah laku kopingnya. Remaja yang memiliki tingkat kompetensi sosial rendah, cenderung menggunakan cara-cara yang tidak matang dalam menghadapi masalah, seperti : emosinya meledak-ledak setiap menghadapi kekecewaan sehari-hari, kurang fleksibel dan murung atau pesimis. Menurut Lari (1990) pesimis atau kekurangan motivasi ini dapat meninggalkan pengaruh pada berfikir manusia yaitu cara-cara berfikir negatif yang menyebabkan seseorang tidak dapat memahami perilaku orang lain. Cara-cara berfikir ini akan menimbulkan prasangka dan kebiasaakebiasaan ini merupakan pertahanan diri **(defend mechanism)**. Sikap pertahanan ini pada gilirannya akan menciptakan suatu perasaan yang menghubung-hubungkan dengan orang lain. Oleh karena itu manusia wajib mempersiapkan diri guna menghadapi dan memilih yang manakah yang pantas bagi kita, sehingga tidak kehilangan kemampuan untuk mawas diri.

Kompetensi sosial merupakan ketrampilan sosial yang penting dipelajari oleh remaja akhir. Dengan belajar cara-cara yang kompeten akan memberi bekal kepada remaja dalam menghadapi masalah, sehingga mampu melatih diri mengarahkan kecenderungan perilaku yang tidak matang sekaligus memupuk kecenderungan perilaku yang matang.

2. Analisis regresi sisimultan 2-y dan 6-y

Tabel 4 memperlihatkan bahwa tingkah laku koping matang terutama cenderung didukung oleh aspek empati (SE%=3,788%).

Lebih lanjut diperluhatkan pada tabel 5 bahwa antisipasi, supresi dan humor terutama cenderung didukung oleh aspek empati dan sensitivitas sosial (dapat dilihat pada SE%). Hal ini menunjukkan bahwa seseorang akan sampai pada pemahaman diri sendiri dan orang lain, jika dapat mengkombinasikan antara pikiran rasionalnya dengan perasaan empatinya (Peck dan Havighurst dikutip Lugo dan Heeshey, 1981). Kamampuan berempati akan memberikan peran yang sangat penting dalam pengaturan tingkah laku seseorang, selanjutnya akan meningkatkan kesejahteraan dan keharmonisan (Ford, 1982). Unsur positif inilah yang akan memberikan dukungan dan mengatur cara-cara seseorang bertingkah laku koping yaitu tingkah laku koping yang matang.

Tabel 4 juga memperlihatkan bahwa aspek kompetensi sosial yang paling mendukung tingkah laku koping tidak matang adalah rendahnya aspek sensitivitas sosial (SE% = 1,944). Selanjutnya di perlihatkan pada tabel 5 bahwa, penyangkalan, distorsi dan proyeksi terutama didukung oleh rendahnya aspek sentivitas sosial (dapat dilihat pada SE%).

Tabel 4
Sumbangan efektif aspek kompetensi sosial pada 2-y (Tingkah laku koping matang dan tidak matang)

Sumber	Tingkah laku koping matang	Tingkah laku koping tidak matang
SE% pengetahuan sosial	1,361	9,321
SE% kepercayaan diri	1,859	6, 402
SE% empati	3,788	5,109
SE% sentivitas sosial	2,389	1,944
E SE	9,397	22,776

Seperti telah dikemukakan oleh Lazarus (1976), bahwa seseorang yang rendah dalam sentivitas sosial lebih tidak menyadari dan memahami hubungan interpersonal dan pengelolaan ketrampilan-ketrampilan interpersonal. Tingkat kesadaran ini tergantung pada kepekaan amosi seseorang. Kepekaan ini diperlukan untuk lebih menyadari dinamika suatu interaksi. Kemampuan ini bisa dipelajari sebagai upaya meningkatkan kompetensi sosial, sehingga sedikit demi sedikit dapat memahami, melatih diri dalam setiap interaksi. Proses ini mendukung seseorang memiliki bentuk-bentuk tingkah laku koping matang.

Dalam tabel 4 ditunjukkan bahwa sumbangan efektif kompetensi sosial terhadap tingkah laku koping matang relatif rendah (E SE = 9,379%). Hal ini menunjukkan bah wa peran kompetensi sosial pada tingkah laku koping matang tidak berdiri sendiri, tetapi ada faktor-faktor lain yang turut berperan, antara lain : keyakinan atau kepasrahan kepada Allah SWT, dukungan sosial dan sumber-sumber yang bermanfaat. Keyakinan kepada Allah SWT, akan membebaskan diri dari kesengsaraan dan kemalangan dalam hidup. Seseorang yang beriman akan bergantung kepada kekuatan yang tidak terbatas bila dirundung kelemahan. Jika seseorang mempunyai iman, ia akan mempunyai motif un tuk berkelakuan baik yaitu : bertingkah la ku koping positif atau matang (Lari, 1990). Dukungan sosial merupakan sarana yang baik bagi kesehatan dan perkembangan tingkah laku (Hamilton dan Waburton,1979).

Tabel 5
Sumbangan efektif aspek kompetensi sosial pada 6-y (antisipasi, supresi, humor, penyangkalan, distorsi dan proyeksi)

Sumber	antisipasi	supresi	humor	penyang-kalan	distorasi	proyeksi
SE%pengetahuan sosial	1.522	0.555	0.629	7.440	6.697	5.314
SE% kepercayaan diri	1.164	1.440	1.243	3.728	6.622	3.594
SE% empati	2.147	3.167	2.651	3.051	6.545	2.728
SE% sensitivitas sosial	1.192	4.789	0.078	1.032	1.342	1.657
E SE	6.025	9.951	4.601	15.251	21.206	13.293

Dukungan sosial sangat dibutuhkan bagi seseorang bila sedang dirundung kesedihan akibat permasalahan yang sedang dihadapinya, karena dukunga sosial akan memberikan manfaat yaitu : memberi pertolongan secara nyata, memberi informasi dan memberi dukungan emosi (Taylor,1991). Sumber-sumber yang bermanfaat meliputi

uang, waktu dan progam pelatihan yang sifatnya khusus. Kemanfaatan sumber-sumber ini berbeda antara individu yang satu dengan yang lainnya (Hamilton dan Waburton 1979).

Dalam tabel 6 ditunjukkan bahwa, subyek penelitian telah mampu melakukan kompetensi sosial dengan baik, sehingga dalam menghadapi masalah mampu bertingkah laku koping secara matang (Xe > Xh). Hal ini membuktikan bahwa kompetensi sosial mempunyai peran yang besar pada tingkah laku koping.

Tabel 6
rerata hepotetik (Xh) dan rerata empirik (Xe) skor kompetensi sosial dan tingkah laku koping matang.

Sumber	Xh	Xe	
Kompetensi sosial	57,5	76,779	Xe > Xh
Tingkah laku koping matang	68	89,5	Xe > Xh

D. KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Dari hasil-hasil penelitian yang diperoleh disimpulkan bahwa :

a. Tingkat kompetensi remaja akhir mempunyai peranan pada kualitas tingkah laku koping.

b. Aspek empati memberikan sumbangan paling besar terhadap terbentuknya tingkah laku koping matang.

c. Aspek sensitivitas sosial yang rendah memberikan sumbangan paling besar terhadap terbentuknya tingkah laku koping tidak matang.

2. Saran-saran

Beberapa saran yang dapat diajukan berkaitan dengan hasil penelitian ini adalah :

a. Informasi yang menarik dari hasil penelitian menunjukkan bahwa aspek empati dan sensitivitas sosial merupakan aspek-aspek kompetensi sosial yang terutama cenderung mendukung terbentuknya tingkah laku koping, oleh karena itu sebagai upaya mengembangkan taraf empati dan sensitivitas sosial perlu dilakukan penelitian lebih khusus lagi.

b. Perlu dilakukan studi lanjut mengenai unsur-unsur yang mendukung dan menghambat kompetensi sosial, sehingga dapat diketahui unsur yang lebih tepat untuk mengembangkan taraf ketrampilan kompetensi sosial. Selain itu perlu dikaji pula faktor-faktor yang lebih berperan pada tingkah laku koping.

c. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kompetensi sosial dan kualitas tingkah laku koping subyek penelitian sudah cukup baik, oleh karena itu diharapkan agar remaja tetap menambah pengetahuan mengenai cara-cara belajar memahami diri dan kebutuhan-kebutuhan diri serta orang lain dan kebutuhan-kebutuhan orang lain, sehingga dapat terus mengembangkan cara-cara penyesuaian secara sehat atau matang.

DAFTAR PUSTAKA

Aldwin, C.M. and Recerson, T.A. 1987. Does Coping Help? A Reexamination of the Relation Between Coping and Mental Health. **Journal of Personality and Social Psycholoqy**, vol. 53, 337-348.

Ford, M.E. 1982, Social Cognition and Social Competence in Adolescence. **Journal of Development Psycholoqy**, 18 (3) : 323-340.

Gordon, I.J. 1970. **Human Development Reading in Research**. D.B. Taraporevala Sons, Co. Private Ltd.

Gunarsa, V. dan Gunarsa, Y. 1990. **Psikologi Remaja** Jakarta : BPK. Gunung Mulia

Hamilton, v. dan warburton, D.M. 1979. **Human Stress and Cognition : An Information Processing Approach.** New York : Logman, Green & Co.

Hurlock, 1990. **Devolopmental Psychology** : A Life Span Approach. 5th Edition. New York : Mcgraw-Hill Kogakusha. Ltd.

Lari, S.M.M. 1990. **Youth and Moral**. (terjemahan). Jakarta: Pustaka Hidayah.

Lazarus, R. S. 1976. **Pattern of Adjustment** Tokyo : Mcgraw-Hill Kogakusha Ltd.

Lugo, J.O. and Hershey. G.L. 1981. **Living Psychology**. New York : Macmillan Publishing, Co. Inc.

Pikunas, J. 1976. **Human Development An Emergent Science**. 3 rd edition. Tokyo : mcgraw-Hill Kogakusha, Ltd.

Powel, D.H. 1983. **Understanding Human Adjustment-Normal Adaptation The Life Cycle**.

Siagian. 1985. Pendekatan pokok dalam Mempertimbangkan Remaja Masa Kini. **Prisma**, 9: 3-10.

Taylor,S. 1991. **Health Psychology**. New york : mcgraw-Hill Inc.

Tetrawanti, R. 1989. Hubungan Antara Famili Relationship dengan Kompetensi Sosial Remaja Pada Siswa-siswi SMA Bopkri II Yogyakarta. **Skripsi**. (Tidak diterbitkan). Yogyakarta : Fakultas Psikologi UGM.