

KOHESIVITAS KELOMPOK TEMAN SEBAYA, GENDER DAN KESEHATAN MENTAL PADA SISWA DI SMP NEGERI 2 SURAKARTA

Dhian Riskiana Putri¹, Noviana Dewi²

Email: dhianrp@gmail.com

Salah satu tugas perkembangan usia remaja adalah membentuk ikatan yang terjalin kuat dalam kelompok teman sebaya (kohesivitas). Kesehatan mental bagi remaja memegang peranan penting dalam fase peralihan dari anak menuju dewasa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kohesivitas kelompok teman sebaya antara siswa laki-laki dan siswa perempuan di SMP Negeri 2 Surakarta. Selain itu, juga mengamati kesehatan mental siswa. Responden dalam penelitian ini berjumlah 46 siswa yang terdiri dari 20 siswa laki-laki dan 26 siswa perempuan. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian komparasional. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis statistik deskriptif dan analisis independent sample t-test. Hasil yang didapatkan berdasarkan analisis statistik deskriptif adalah rata-rata skor kohesivitas kelompok teman sebaya siswa laki-laki adalah 133,85 dan rata-rata skor kohesivitas kelompok teman sebaya siswa perempuan adalah 140,42. Berdasarkan hasil analisis independent sample t-test, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kohesivitas siswa laki-laki dan siswa perempuan di SMP Negeri 2 Surakarta (sig. 0,089 > 0,05). Hasil tersebut menunjukkan bahwa kohesivitas kelompok teman sebaya siswa laki-laki sama dengan kohesivitas kelompok teman sebaya siswa perempuan di SMP Negeri 2 Surakarta. Sebagai data tambahan, digunakan metode observasi dan interview untuk melihat kesehatan mental siswa.

Kata Kunci: kohesivitas kelompok teman sebaya, gender, kesehatan mental, siswa remaja

¹Dosen Program Studi Psikologi Universitas Sahid Surakarta

²Dosen Program Studi Analisis Kesehatan Stikes Nasional Surakarta

PENDAHULUAN

Teman sebaya adalah sumber afeksi dan tempat untuk bereksperimen juga untuk membentuk hubungan yang mendalam dengan orang lain, sehingga remaja lebih suka menghabiskan waktu dengan teman sebaya. Remaja pada masa perubahan fisik, kognitif, dan psikososial, akan lebih nyaman ketika berinteraksi dengan teman sebaya karena mengalami hal yang sama. Penting bagi remaja untuk menemukan identitas diri sebagai salah satu tugas perkembangan yang harus dilalui. Setelah menyesuaikan bakat minat dan nilai, akan muncul rasa kohesif terhadap lingkungan kelompok yang dipilih untuk bergabung. Kohesi dapat pula merupakan suatu bentuk hubungan persahabatan yang mempunyai ikatan saling membantu dan menolong antar anggota (Papalia dkk., 2008).

Kelompok teman sebaya merupakan lingkungan pertama, dimana remaja belajar untuk hidup bersama orang lain yang bukan anggota keluarganya yang merupakan aspek terpenting dalam kehidupan sosial (Santosa, 2009). Kuatnya pengaruh teman sebaya sangat dipengaruhi adanya ikatan yang terjalin kuat dalam kelompok

teman sebayanya tersebut (*peer group*), sehingga tiap-tiap anggota kelompok menyadari bahwa mereka adalah satu kesatuan yang terkait dan saling mendukung. Kelompok teman sebaya (*peer group*) merupakan kelompok yang terdiri dari teman seusia dan dapat mengasosiasikan diri, mempunyai persamaan-persamaan dalam berbagai aspeknya. Kelompok teman yang sukses, yaitu ketika anggotanya dapat berinteraksi (Chaplin, 2001). Remaja akan melakukan apapun agar dapat dimasukkan dalam anggota suatu kelompok yang diminati. Remaja yang tidak kohesif atau tidak dapat mengikuti aturan kelompok, akan dikucilkan sehingga dapat menyebabkan stres, frustrasi, serta kesedihan (Santrock, 2007).

Menurut Gottman dan Parker (dalam Santrock, 2007) ada beberapa faktor yang mempengaruhi kohesivitas kelompok teman sebaya, yaitu: a. Kebersamaan, b. Stimulasi, c. Dukungan fisik, d. Dukungan ego, e. Perbandingan sosial, f. Keakraban atau perhatian. Baron dan Byrne (2005) mengemukakan bahwa kohesivitas teman sebaya dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu: a. Adanya

dukungan sosial, banyak penelitian menunjukkan apabila seseorang berada di bawah tekanan kelompok, maka individu tersebut cenderung akan menyetujui pendapat yang diberikan oleh kelompok, tetapi dengan adanya dukungan sosial, akan banyak menolong seseorang untuk mengumpulkan keberanian dalam menolak penilaian dan pendapat yang diberikan oleh kelompok. b. Ukuran kelompok, semakin sedikit jumlah anggota kelompok, maka tingkat kohesivitas kelompok semakin tinggi. c. Jenis kelamin, banyak penelitian menyimpulkan bahwa perempuan lebih kohesif dalam menjalin hubungan pertemanan daripada laki-laki.

Beberapa faktor yang memengaruhi kohesivitas kelompok menurut Munandar (2001) adalah : a. Lamanya waktu berada bersama dalam kelompok. Makin lama berada bersama dalam kelompok, makin saling mengenal, makin dapat timbul sikap toleran terhadap orang lain. Dapat ditemukan atau bahkan dikembangkan minat baru yang sama. b. Penerimaan di masa awal, Makin sulit seseorang memasuki kelompok kerja, maksudnya semakin sulit

seseorang diterima di dalam kelompok kerja sebagai anggota, makin lekat atau kohesif kelompoknya. Pada awal masuk biasanya para anggota kelompok yang lama menguji anggota baru dengan cara-cara yang khas oleh kelompoknya. c. Ukuran kelompok. Makin besar kelompoknya makin sulit terjadi interaksi yang intensif antar para anggotanya sehingga makin kurang kohesif kelompoknya, sebaliknya ukuran kelompok yang kecil memudahkan interaksi yang tinggi. d. Ancaman eksternal. Kebanyakan penelitian menunjang hasil bahwa kelekatan kelompok akan bertambah jika kelompok mendapat ancaman dari luar. e. Produktivitas kelompok. Kelompok yang erat hubungannya akan lebih produktif daripada kelompok yang kurang lekat hubungannya. Monks dkk. (2004) menambahkan faktor yang mempengaruhi kohesivitas teman sebaya, yakni usia anggota. Individu pada usia tertentu, lebih sering melakukan kohesivitas terhadap suatu kelompok, yaitu pada masa remaja atau sekitar usia 12-21 tahun.

Proses perkembangan remaja tidak selalu berjalan sesuai dengan

yang diharapkan. Terdapat faktor eksternal dan internal yang dapat mempengaruhi perkembangan remaja, salah satu faktor internal yang ikut mempengaruhi perkembangan tersebut adalah hal yang berkaitan dengan kesehatan mental (Purnama dan Prasetyo, 2016). Setiap remaja dalam proses perkembangannya dituntut untuk mampu dan berusaha menyesuaikan diri dan lingkungan. Untuk dapat memenuhi kebutuhannya tersebut, diperlukan jasmani dan mental yang sehat. Gangguan terhadap salah satu aspek akan berdampak atau berpengaruh pada aktivitas dan aspek perkembangannya.

Selanjutnya, Latipun (2006) mengungkapkan bahwa kondisi remaja yang sehat jasmaninya, tentu akan sedikit kemungkinan terjadi gangguan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Begitupula dengan remaja yang sehat mental, akan menghindarkan dari gejala-gejala gangguan dan penyakit jiwa, sehingga remaja yang sehat mentalnya akan dapat menyesuaikan diri dan dapat memanfaatkan segala potensi dan bakat yang dimiliki. Dengan demikian individu dengan

keadaan mental yang sehat dapat berkembang secara optimal.

Berdasarkan hal di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kohesivitas kelompok teman sebaya pada remaja laki-laki dan perempuan yang menjadi siswa akselerasi di SMP Negeri 2 Surakarta, juga melihat atau mengamati kondisi kesehatan mental siswa remaja.

METODE PENELITIAN

Sampel dalam penelitian ini adalah 46 siswa SMP Negeri 2 Surakarta yang terdiri dari 20 siswa laki-laki dan 26 siswa perempuan. Skala yang digunakan untuk mengukur kohesivitas kelompok teman sebaya adalah skala kohesivitas kelompok teman sebaya dengan 60 item. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif serta desain penelitian komparasional. Sampling yang dipakai adalah Haphazard, disebut juga *accidental sampling*. Teknik analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif dan *independent sample t-test*.

Sebagai data tambahan, digunakan metode observasi dan interview untuk melihat dan menggambarkan kesehatan mental siswa remaja. Panduan guide

observasi dan interview kesehatan mental siswa remaja, disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan dimensi sosial kesehatan mental yang diungkapkan Latipun (2006) bahwa dimensi sosial yaitu melihat bagaimana tingkah laku manusia dalam kelompok sosial, keluarga dan sesama lainnya serta penerimaan norma sosial dan pengendalian tingkah laku, yang terwujud dari: a) kemampuan remaja dalam membuat dan mempertahankan hubungan dengan orang lain, perilaku kehidupan sosial. b) kemampuan remaja dalam memelihara kehidupan pribadi dan social c) kemampuan remaja dalam berhubungan dengan orang lain atau kelompok lain secara baik, saling toleran dan menghargai tanpa membedakan ras, suku, agama atau kepercayaan, status sosial, ekonomi, politik, dan sebagainya.

HASIL & PEMBAHASAN

Tabel 1. Deskripsi Variabel Kohesivitas Kelompok Teman Sebaya untuk Siswa Laki-Laki

Variabel	N	Mean	Minimum	Maksimum	Std. Deviasi
Kohesivitas Siswa Laki-Laki	20	133,85	114	171	13,02

Berdasarkan Tabel 1. dapat dilihat bahwa skor rata-rata kohesivitas kelompok teman sebaya untuk siswa laki-laki adalah 133,85, skor minimum 114, skor maksimum 171, dan standard deviasi 13,02.

Tabel 2. Deskripsi Variabel Kohesivitas Kelompok Teman Sebaya untuk Siswa Perempuan

Variabel	N	Mean	Minimum	Maksimum	Std. Deviasi
Kohesivitas Siswa Perempuan	26	140,42	123	166	12,48

Berdasarkan Tabel 2. dapat dilihat bahwa skor rata-rata kohesivitas kelompok teman sebaya untuk siswa perempuan adalah 140,42, skor minimum 123, skor maksimum 166, dan standard deviasi 12,48.

Tabel 3. *T-test* Variabel Kohesivitas Berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel	Laki-Laki (N = 20)	Perempuan (N = 26)	t	Sig.
	Mean (SD)	Mean (SD)		
Kohesivitas	133,85 (13,02)	140,42 (12,48)	1,738	0,089

Hasil uji reliabilitas skala kohesivitas kelompok teman sebaya menunjukkan koefisien reliabilitas sebesar 0,890. Tabel 3 menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan kohesivitas yang signifikan antara siswa laki-laki dan siswa perempuan pada Kelas Akselerasi SMP Negeri 2 Surakarta ($p = 0,089 > 0,05$).

Hasil tersebut dapat disebabkan karena jumlah responden secara keseluruhan tergolong kecil (46 orang), sesuai dengan pendapat Cota (dalam Baron dan Byrne, 2005) bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi kohesivitas teman sebaya adalah ukuran kelompok, yaitu kelompok kecil cenderung lebih kohesif daripada kelompok besar. Pada kelompok kecil, penerimaan dan kompetisi juga cenderung rendah sehingga kohesivitas akan lebih tinggi, rasa persatuan dalam kelompok kecil akan semakin kuat, antar anggota merasa saling memiliki.

Tinjauan kohesivitas menurut gender juga tidak menunjukkan perbedaan. Peneliti menekankan pada gender remaja, karena dalam gender tidak hanya ada pembagian secara biologis, tetapi juga sudah mengarah

pada tugas-tugas dalam hubungan sosial. Berkaitan dengan hal tersebut, maka antara siswa remaja laki-laki dan perempuan sudah ada kesetaraan tugas perkembangan, sehingga kohesivitas juga relative tidak menunjukkan perbedaan. Tugas perkembangan remaja, terkait mencapai hubungan sosial baru yang lebih matang dengan teman sebaya, baik laki-laki maupun perempuan, sehingga remaja menjadi lebih berfokus pada hubungan sosial teman sebaya dibandingkan dengan memilih pertemanan yang homogen atau heterogen.

Selanjutnya dalam penelitian ini, penulis tidak mencoba melakukan analisis terhadap perbandingan antara kohesivitas kelompok teman sebaya dengan kesehatan mental remaja, melainkan hanya mencoba melihat relasinya berdasarkan fakta yang diperoleh melalui observasi dan interview, menunjukkan bahwa remaja yang memiliki kelompok teman sebaya, mampu membantu penyesuaian diri dan sosial, serta menghindari kemungkinan terjadinya gangguan mental, sehingga dapat menjalankan perkembangannya secara

maksimal dan sehat secara fisik serta psikis (mental).

Kohesivitas kelompok teman sebaya dapat ditingkatkan apabila remaja memiliki interaksi sehat satu sama lain dan saling melengkapi. Namun yang perlu dicatat adalah, tingginya kohesivitas sosial tidak menjamin tingginya kesehatan mental remaja. Relasi yang terjadi antara kohesivitas sosial dengan kesehatan mental remaja adalah berlandas pada kebutuhan dasar manusia itu sendiri untuk terikat secara sosial secara seimbang dengan kesadaran dirinya. Jadi, kohesivitas kelompok sosial yang seimbang, dinamis dan kokoh berpengaruh terhadap kesehatan mental remaja dalam artian sesama remaja akan merasa saling mendukung dan melengkapi, bahwa remaja melihat anggota kelompok memiliki tugas yang sama untuk berkembang bersama dan bukan sebagai ancaman.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak ada perbedaan kohesivitas kelompok teman sebaya antara siswa laki-laki

dengan siswa perempuan di SMP Negeri 2 Surakarta. Hal ini dimungkinkan faktor lain lebih dominan mempengaruhi kohesivitas kelompok teman sebaya dibandingkan faktor jenis kelamin pada siswa SMP Negeri 2 Surakarta yang berada di tahap atau usia remaja. Selain itu, kesehatan mental siswa remaja juga dalam kondisi baik.

SARAN

Masa remaja adalah masa proses perkembangan menuju dewasa, dengan tahap dan tugas perkembangan yang harus dilalui, dan kesehatan mental yang baik sangat berpengaruh dalam pemenuhan tugas masa perkembangan bagi para remaja. Diharapkan, orang dewasa di sekitar remaja (orangtua, guru) perlu memahami secara mendalam tentang kesehatan mental sebagai landasan pengetahuan dalam menghadapi dan mensikapi remaja, agar dapat memfasilitasi perkembangan remaja, sehingga dapat tumbuh dan berkembang sesuai dengan tugas dan tahap perkembangannya secara optimal.

Apabila hal-hal tersebut dilakukan, maka para remaja akan merasa mendapatkan dukungan dalam melaksanakan tugas-tugas perkembangan, sesuai dengan usia/tahapan perkembangannya. Remaja akan mencari kelompok teman sebaya (*peer group*) yang positif, yang baik untuk perkembangan, sehingga tidak akan ada waktu bagi para remaja untuk murung, galau, menutup diri, yang biasanya menjadi awal gangguan mental ringan.

DAFTAR PUSTAKA

- Baron, R.A. dan Byrne, D. 2005. *Psikologi Sosial Jilid 2 Edisi*. Jakarta: Erlangga.
- Chaplin, J.P. 2001. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Grafindo.
- Hurlock, E. B. 2004. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi Kelima (Terjemahan: Instiwidayan dan Soedjarwo). Jakarta: Erlangga.
- Latipun. 2006. *Kesehatan Mental: Konsep dan Penerapan*. Malang: UMM Press.
- Monks, F. J., Knoers, A. M. P., & Haditono, S. R. 2004. *Psikologi Perkembangan (Pengantar dalam Berbagai Bagian)*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Munandar, A.S. 2004. *Psikologi Industri dan Organisasi*. Depok: UI Press.
- Papalia, D., Olds, S.W., & Fieldman. 2008. *Human Development*. Jakarta: Kencana 2.
- Purnomo, D.S. dan Prasetyo. 2016. *Modul Aplikasi Kesehatan Mental*. Jakarta: Kemendikbud.
- Santosa, S. 2009. *Dinamika Kelompok*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Santrock, J.W. 2007. *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Edisi Keenam. Jakarta: Erlangga.