

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Remaja merupakan masa peralihan yang penting dalam perkembangan individu, ditandai oleh perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang sangat penuh tantangan. Remaja yang memiliki kepercayaan diri cenderung lebih siap dalam menghadapi tantangan, mampu membangun relasi sosial yang sehat, serta memiliki keteguhan dalam mengambil keputusan secara mandiri. Dalam idealitasnya, remaja yang percaya diri dapat berinteraksi dengan lingkungan sosialnya tanpa rasa malu, mampu tampil di depan umum, serta menunjukkan citra diri yang positif di hadapan orang lain. Lauster dalam (Hakim , 2015) mengartikan kepercayaan diri didapat dari pengalaman hidup, yang mempunyai aspek kepribadian yang seperti keyakinan terhadap kemampuan diri seorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran dan bertanggung jawab.

Seperti yang tertulis dalam QS. At-Tin, Ayat 4, sebagai berikut, *“Sungguh, kami benar-benar telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya.”*

Bentuk manusia adalah paling indah dari semua makhluk-Nya. Dari segi psikis menurut <https://nu.or.id/superapp> hanya manusia yang memiliki pikiran dan perasaan yang sempurna. Dan lebih-lebih lagi, hanya manusia yang beragama. Banyak lagi keistimewaan manusia dari segi fisik dan psikis. Penegasan Allah bahwa Dia telah menciptakan manusia di bumi ini kondisi fisik dan psikis terbaik itu mengandung arti bahwa fisik dan psikis manusia perlu dipelihara dan ditumbuhkembangkan. Fisik manusia dipelihara dan ditumbuhkembangkan dengan memberinya gizi

yang berkecukupan dan menjaga kesehatannya. Psikis manusia dijaga dengan menumbuhkembangkan dan memberinya agama dan pendidikan yang baik. Bila fisik dan psikis manusia dipelihara dan ditumbuhkembangkan, maka manusia akan memberikan kemanfaatan yang besar kepada alam ini. Dengan demikianlah ia akan menjadi makhluk termulia.

Namun demikian, tidak semua remaja dapat mencapai kondisi ideal tersebut. Realitas di lapangan menunjukkan adanya berbagai hambatan psikologis yang memengaruhi kepercayaan diri remaja, salah satunya adalah sindrom trikotilomania. Trikotilomania merupakan gangguan psikologis yang ditandai oleh dorongan kompulsif untuk mencabut rambut dari tubuh secara berulang, seperti di kepala, alis, atau bulu mata. Gangguan ini biasanya muncul sejak masa praremaja atau remaja awal, dan dapat berdampak signifikan terhadap kondisi fisik dan psikis penderitanya. Remaja yang mengalami trikotilomania sering kali menghadapi perubahan penampilan akibat kebotakan tidak merata, yang pada gilirannya menimbulkan rasa malu, rendah diri, dan kecemasan sosial. (Hardika, 2021)

Remaja yang mengalami sindrom trikotilomania akan berubah secara fisik. Perubahan fisik menyebabkan efek psikologis yang tidak diharapkan, seperti rasa cemas setelah mencabuti rambutnya karena melihat rambut kepalanya yang telah dicabut menyebabkan kebotakan yang tidak merata dan cemas ketika melihat banyaknya rambut yang dicabut. Penampilan adalah aspek yang paling penting bagi mayoritas remaja. Banyak orang suka tidak melihat diri mereka sendiri di kaca. Utamanya pada remaja perempuan, yang lebih tidak suka daripada remaja laki-laki. Dalam hal fisik, remaja perempuan dengan sindrom trikotilomania akan mengalami perubahan. Remaja yang mengalami perubahan rambut akan melihat penampilan mereka di kaca dan merasa tidak percaya diri karena rambut mereka berbeda dengan rambut remaja perempuan lain yang tidak memiliki kebotakan (Ifdil, Denich, & Ilyas, 2017).

Fenomena ini ditunjukkan melalui hasil observasi dan wawancara awal yang dilakukan peneliti di Desa Pringgacala, Kecamatan Karangampel,

Kabupaten Indramayu pada Januari 2025. Dalam observasi tersebut, ditemukan dua orang remaja putri yang mengalami sindrom trikotilomania dan menunjukkan tanda-tanda penurunan kepercayaan diri yang signifikan. Kedua remaja tersebut mengaku menarik diri dari lingkungan sosial, menolak ajakan teman sebaya, serta menghindari aktivitas yang mengharuskan mereka melepas kerudung di hadapan orang lain karena adanya kebotakan tidak merata pada kepala mereka. Mereka juga merasa malu ketika harus tampil di depan keluarga sendiri, serta merasa tidak layak untuk bergabung dengan lingkungan sosial yang menurut mereka memiliki standar penampilan yang tidak dapat mereka penuhi.

Dalam konteks sosial, penampilan fisik memiliki peran penting, terutama bagi remaja perempuan. Citra tubuh yang negatif, seperti merasa tidak memiliki rambut yang indah atau seragam dengan teman sebaya, memunculkan ketidakpuasan terhadap diri sendiri dan berdampak pada cara mereka berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan antara kondisi ideal dan realitas yang terjadi di lapangan, remaja yang seharusnya tumbuh dengan rasa percaya diri dan kemampuan bersosialisasi yang baik, menjadi kondisi realitas yang penuh dengan tekanan sosial dan psikologis akibat gangguan yang mereka alami.

Dengan demikian, hingga saat ini masih sangat terbatas penelitian yang secara khusus membahas dampak sindrom trikotilomania terhadap kepercayaan diri remaja, terutama dalam konteks sosial masyarakat pedesaan. Penelitian yang ada umumnya berfokus pada aspek klinis atau medis dari trikotilomania, tanpa mengeksplorasi secara mendalam bagaimana gangguan ini memengaruhi aspek psikososial penderitanya. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk dilakukan untuk mengkaji lebih dalam bagaimana sindrom trikotilomania berdampak pada kepercayaan diri remaja di lingkungan sosial, serta untuk memberikan pemahaman yang lebih luas kepada masyarakat dan pihak-pihak terkait dalam menangani kasus serupa.

Penelitian ini tidak hanya bertujuan untuk mendeskripsikan gejala yang dialami remaja penderita trikotilomania, tetapi juga untuk memahami

secara lebih dalam bagaimana gangguan tersebut memengaruhi relasi sosial, penerimaan diri, serta peran dukungan sosial dalam proses adaptasi psikologis mereka. Dengan memahami dinamika ini, diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi terhadap pendekatan yang lebih manusiawi dan kontekstual dalam mendampingi remaja dengan kebutuhan psikologis khusus, serta menjadi dasar dalam merancang intervensi atau dukungan yang lebih tepat bagi mereka.

Berdasarkan informasi yang didapatkan dari wawancara oleh Narasumber 1 dan Narasumber 2 di Desa Pringgacala, Kecamatan Karangampel, Kabupaten Indramayu selaku penderita sindrom trikotilomania yang mengalami kesulitan hidup di lingkungannya dengan merasakan malu dan takut jika orang lain mengetahuinya dan mengalami masalah pada kepercayaan dirinya. Maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai dampak sindrom trikotilomania terhadap kepercayaan diri remaja di lingkungan sosial desa Pringgacala kecamatan Karangampel kabupaten Indramayu ini pada bulan Januari tahun 2025. Oleh karena itu penelitian ini diberi judul **DAMPAK SINDROM TRIKOTILOMANIA TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI REMAJA DI LINGKUNGAN SOSIAL DESA PRINGGACALA.**

B. Perumusan Masalah

1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan diatas, maka masalah-masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

- a) Adanya remaja yang mengalami sindrom trikotilomania di desa Pringgacala, kecamatan Karangampel, kabupaten Indramayu.
- b) Penurunan kepercayaan diri pada remaja merupakan faktor penting terhadap kehidupannya di lingkungan sosial.
- c) Remaja yang mengalami sindrom trikotilomania mengalami penurunan kepercayaan diri di lingkungan sosialnya seperti merasa berbeda

dengan remaja yang lain, merasa tidak dianggap dan tidak disukai oleh orang lain, dan merasa takut jika bertemu dengan orang lain.

2. Pembatasan Masalah

Untuk mencegah meluasnya masalah dalam penelitian, maka peneliti membatasi masalah yang erat kaitannya dengan judul penelitian, yaitu :

- a) Pembatasan ini mencakup remaja yang mengalami sindrom trikotilomania.
- b) Pembatasan ini mencakup remaja yang mengalami penurunan kepercayaan diri.
- c) Pembatasan masalah ini mencakup dampak sindrom trikotilomania terhadap kepercayaan diri remaja di lingkungan sosial desa Pringgacala.

3. Pertanyaan Penelitian

- a) Bagaimana gambaran sindrom trikotilomania yang dialami remaja di lingkungan sosial desa Pringgacala Indramayu?
- b) Bagaimana gambaran kepercayaan diri remaja yang mengalami sindrom trikotilomania di lingkungan sosial desa Pringgacala Indramayu?
- c) Bagaimana dampak sindrom trikotilomania terhadap kepercayaan diri remaja di lingkungan social desa Pringgacala Indramayu?

4. Tujuan Penelitian

- a) Mendapatkan gambaran sindrom trikotilomania yang dialami remaja di lingkungan sosial desa Pringgacala.
- b) Mengetahui gambaran kepercayaan diri remaja yang mengalami sindrom trikotilomania di lingkungan sosial desa Pringgacala.
- c) Mengetahui dampak sindrom trikotilomania terhadap kepercayaan diri remaja di lingkungan social desa Pringgacala Indramayu.

C. Manfaat/Kegunaan Penelitian

1. Secara teoritis

Diharapkan dari penelitian ini bisa bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mengenai sindrom trikotilomania yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri remaja di lingkungan sosial desa

Pringgacala, dan juga peneliti berharap agar hasil penelitian ini menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya di kemudian hari, khususnya yang berkaitan dengan sindrom trikotilomania yang mempengaruhi kepercayaan diri remaja di lingkungan sosial.

2. Secara praktis

- a. Bagi remaja yang mengalami sindrom trikotilomania diharapkan bisa menangani dan melakukan arahan dari psikolog maupun para ahli lainnya untuk bisa berhenti dan tidak mencabuti rambut lagi seperti biasanya.
- b. Bagi para orang tua agar selalu mengawasi anaknya untuk tidak mencabuti rambut lagi, karena pengawasan orang tua maupun keluarga itu sangat penting bagi pencegahan dan penyembuhan bagi penderita sindrom trikotilomania.
- c. Bagi peneliti lain untuk meneliti lebih dalam apa yang menjadi kurang dalam penelitian ini, agar semakin banyak yang membahas mengenai hal ini.

D. Signifikansi Penelitian

Signifikan adalah mengacu pada sejauh mana suatu hasil atau temuan memiliki makna atau pengaruh yang cukup besar sehingga tidak terjadi secara kebetulan semata, melainkan menunjukkan hubungan yang nyata antara variabel-variabel yang diteliti. Istilah ini sering digunakan dalam penelitian kuantitatif untuk menilai kebermaknaan statistik dari suatu hasil uji (Sugiyono, Metode Penelitian Kualitatif, 2017).

Penelitian ini secara teoritis dapat mengetahui dampak dan menambah wawasan mengenai sindrom trikotilomania yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri remaja di lingkungan sosial. Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan agar remaja di desa Pringgacala mengetahui tentang sindrom trikotilomania yang dialaminya agar tidak berkelanjutan dan bisa meningkatkan kepercayaan diri lebih baik lagi.

E. Sistematika Penelitian

Untuk mempermudah penulisan dan pemahaman secara menyeluruh terhadap isi penelitian ini, maka penulisan laporan skripsi disusun secara sistematis agar pembaca dapat mengikuti alur pembahasan dengan baik. Sistematika penulisan dalam skripsi ini terdiri dari lima bab, yaitu sebagai berikut:

BAB I: Pendahuluan, bab ini berisi gambaran umum mengenai latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, batasan penelitian, serta sistematika penulisan. Bab ini menjadi dasar pijakan untuk memahami arah dan tujuan dari penelitian yang dilakukan.

BAB II: Landasan Teori, bab ini memuat kajian teori yang relevan dengan topik penelitian, yaitu tentang fenomena trikotilomania, penyebab dan dampaknya terhadap kepercayaan diri remaja. Di dalamnya dibahas pengertian dan penyebab fenomena trikotilomania, dampak dari fenomena sindrom trikotilomania terhadap kepercayaan diri remaja. Selain itu, bab ini juga mencantumkan hasil kajian penelitian terdahulu yang berkaitan dengan topik sebagai dasar perbandingan dan pendukung penelitian.

BAB III: Metodologi Penelitian, bab ini menguraikan metode penelitian yang digunakan, meliputi lokasi dan waktu penelitian, pendekatan dan jenis penelitian, informan penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, serta teknik pemeriksaan keabsahan data. Selain itu, dalam bab ini juga disertakan profil singkat Desa Pringgacala, Kabupaten Indramayu sebagai lokasi penelitian. termasuk sejarah desa serta kondisi geografis dan data kependudukan desa.

BAB IV: Hasil Penelitian dan Pembahasan, bab ini menyajikan hasil temuan di lapangan berdasarkan data yang diperoleh dari informan, baik data umum maupun data khusus. Data umum mencakup gambaran tentang Desa Pringgacala, sedangkan data khusus membahas mengenai fenomena trikotilomania, penyebab terjadinya trikotilomania dan dampaknya terhadap kepercayaan diri remaja. Pembahasan dilakukan dengan mengaitkan data lapangan dengan teori yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya.

BAB V: Penutup, bab terakhir ini berisi simpulan dari hasil penelitian serta saran-saran yang ditujukan kepada pihak-pihak terkait, baik remaja, orang tua, masyarakat, maupun peneliti selanjutnya, sebagai bentuk kontribusi dari penelitian yang telah dilakukan.



UINSSC

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON**