

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut Perundang-undangan tentang Sistem Pendidikan No.20 tahun 2003, mengatakan bahwa Pendidikan merupakan “usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan sepiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya dan masyarakat” (Pristiwanti, dkk, 2022). Pendidikan akan terus berubah tatanannya dari waktu ke waktu sesuai dengan tuntutan zaman dan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, karena pendidikan ditujukan untuk menyiapkan peserta didik dalam rangka menghadapi hidup dan kehidupannya di masa kini dan masa datang. Satu hal yang tidak akan berubah yaitu, bahwa pendidikan dibutuhkan oleh manusia selamanya sampai akhir hayat (Junaedi, 2019).

Pendidikan didefinisikan sebagai keseluruhan pengalaman belajar setiap orang sepanjang hidupnya. Pendidikan dalam definisi diatas tidak ada batas waktu, berlangsung sepanjang hayat, mulai dari usia dini, anak-anak, remaja, hingga dewasa. Demikian pula, sebagai pengalaman belajar, pendidikan tidak hanya terjadi dalam lingkungan tertentu seperti lingkungan sekolah, tapi semua lingkungan, baik lingkungan hasil rekayasa manusia seperti sekolah, maupun lingkungan alamiah (Nurkholisah, 2022).

Sekolah mempunyai peran yang sangat penting dan sangat bermanfaat untuk memberikan hasil dalam tujuan kompetensi siswa. Jika dilihat dari pandangan perkembangan (Wiranto & Rista, 2022). Pada tahap perkembangan fisik masa remaja merupakan masa transisi perkembangan antara masa anak dan masa dewasa, dimulai dengan pubertas, ditandai dengan perubahan yang pesat dalam berbagai aspek perkembangan, baik fisik maupun psikis. Perubahan fisik yang terjadi pada remaja terlihat pada saat masa pubertas yaitu meningkatnya tinggi dan berat badan serta kematangan sosial. Di antara perubahan fisik itu, yang terbesar pengaruhnya pada perkembangan jiwa remaja adalah pertumbuhan tubuh, badan menjadi semakin panjang dan tinggi(dalam Hamidah, 2022).

Perkembangan kognitif teori perkembangan kognitif menurut Piaget yang dikutip oleh Wong (dalam Hamidah, 2022), remaja tidak lagi dibatasi dengan kenyataan dan aktual, yang merupakan ciri periode berpikir konkret; mereka juga memerhatikan terhadap kemungkinan yang akan terjadi. Pada saat ini mereka lebih jauh ke depan. Tanpa memusatkan perhatian pada situasi saat ini, mereka dapat membayangkan suatu rangkaian peristiwa yang mungkin terjadi, seperti kemungkinan kuliah dan bekerja; memikirkan bagaimana segala sesuatu mungkin dapat berubah di masa depan, seperti hubungan dengan orang tua, dan akibat dari tindakan mereka, misalnya dikeluarkan dari sekolah. Remaja secara mental mampu memanipulasi lebih dari dua kategori variabel pada waktu yang bersamaan.

Selanjutnya tahap perkembangan psikososial adalah remaja akan memperlihatkan perasaan serta emosi yang kuat dan tidak terduga, akan terus

belajar mengendali-kan dan mengekspresikan berbagai emosi. Menyadari perubahan fisik yang terjadi, memikirkan bagaimana tanggapan orang lain mengenai fisiknya. Mulai muncul perasaan minder karena berbagai hal. Berproses dalam pengambilan keputusan, belajar apa saja dan konsekuensi dari setiap tindakan, Mimpi basah biasanya dimulai di perkembangan anak usia 13-17 tahun (untuk remaja lakilaki). Tidak hanya itu saja, ada pula pertumbuhan rambut di kemaluan, kaki, ketiak, dada, serta wajah, Hal ini bisa dimulai ketika masuk usia 12 tahun (dalam Hamidah, 2022). Sekolah memberikan kontribusi yang sangat penting dalam perkembangan siswa dilingkungan akademik, yang akan tetapi sekolah juga memberikan sistem yang mengandung berbagai macam tantangan dihadapi oleh setiap siswa untuk menyelesaikan persoalan (Wiranto & Rista, 2022).

Pembelajaran adalah usaha dalam memaksimalkan diri dalam perkembangan kompetensi kognitif ketika belajar sehingga memperoleh ilmu bermanfaat, siswa disekolah menemukan berbagai macam tugas didalam mata pelajaran saat dikelas ataupun juga tugas yang diberikan untuk dikerjakan dirumah, baik dikerjakan dalam bentuk lembaran soal atau uraian maupun kegiatan prakarya untuk meningkatkan kreativitas dan minat bakat siswa. Siswa tidak bisa menghindari setiap permasalahan yang berkaitan dengan tugas pembelajaran. Siswa diharapkan mampu menghadapi dengan bijaksana setiap permasalahan yang akan terjadi sebagai bentuk penyelesaian tanggung jawab diri sendiri pada proses pembelajaran (Wiranto & Rista, 2022).

Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) adalah individu sedang berada dalam tahap perkembangan masa remaja akhir. Menurut Hurlock (dalam Rizky, 2021) awal masa remaja berlangsung dari usia 13 tahun sampai 16 atau 17 tahun, dan akhir masa remaja bermula dari usia 16 atau 17 tahun sampai 18 tahun. Memasuki bangku sekolah SMA siswa dirasa mampu untuk melakukan berbagai hal yang jauh lebih kompleks. Mereka tertantang untuk melakukan berbagai hal yang diinginkan, namun sayangnya masih belum mampu untuk mempertimbangkan apakah mereka mampu melakukannya atau tidak. Saat siswa tidak mampu melakukan sesuai dengan harapan, mereka akan mengalami ketegangan yang dapat memicu timbulnya tekanan dalam diri siswa.

Permasalahan yang rumit dan ketidakmampuan untuk mengatasi sebuah permasalahan, dapat menjadi gangguan dan menyebabkan ketegangan pada siswa, yaitu tekanan akademi, penyesuaian kurikulum, ujian sekolah, perencanaan masa depan dan sosial. Pada sebagian besar remaja, hambatan dalam kehidupan mereka akan sangat mengganggu kesehatan fisik dan emosi mereka, hambatan dapat menghancurkan motivasi dan kemampuan menuju sukses, serta merusak kehidupan pribadi mereka (Rizky, 2021).

Adanya rintangan serta tanggung jawab siswa sering kali membuat siswa ingin menyerah dan lari dari situasi yang menurutnya sulit dan menghambat dalam proses belajar. Menurut Michael & Garnezy (dalam Raqib, 2023) saat seseorang berhadapan dengan permasalahan dalam kehidupannya, beberapa orang yang tidak bisa mempertahankan cara mereka dalam berkembang bersama sikap kepribadian yang beradadalam permasalahan. Setiap manusia berupaya untuk

mengatasi kesulitan yang terjadi dalam hidup, termasuk seorang siswa. Siswa diharapkan dapat mengatasi kesulitan yang terjadi dan diharapkan mampu menentukan sikap dan langkahnya sendiri. Selain itu tidak semua siswa mampu dapat mengatasi kesulitan mengenai materi pelajaran, tetapi juga mengatasi konflik yang terjadi di lingkungan sekitar.

Sebagian besar siswa memiliki keinginan untuk menyelesaikan tugas atau permasalahan yang sedang di alami dengan menggunakan banyak cara. Namun tetap saja ada kendala yang dirasakan oleh setiap siswa dalam menyelesaikan masalah. Hal ini justru menjadi beban tersendiri, dimana tidak sedikit dari siswa yang sering kali merasa kesulitan dalam mencari informasi yang diperlukan untuk kebutuhan tugas hingga pada akhirnya mereka mengalami perasaan gelisah, tidak nyaman (Valentsia & Wijono, 2020).

Setiap siswa pasti memiliki berbagai permasalahan yang dihadapi dalam kehidupannya. Permasalahan yang timbul, terkadang bukanlah permasalahan yang mudah untuk dicarikan solusinya. Perubahan orientasi keremajaan, mencari jati diri, pubertas, berbagai konflik pertemanan, atau konflik dengan orang lain merupakan masalah siswa sebagai remaja, juga yang terpenting adalah masalah pelajaran, kurangnya motivasi, banyaknya tugas yang menumpuk, semuanya dapat menimbulkan tekanan pada siswa (Bakhtiar & Asriani, 2015).

Individu yang menunda-nunda sebenarnya sadar bahwa dirinya menghadapi tugas-tugas yang penting dan bermanfaat. Akan tetapi, sengaja menunda-nunda secara berulang-ulang sehingga muncul perasaan tidak nyaman,

cemas, dan merasa bersalah dalam dirinya. Individu lebih sering menunda-nunda untuk menyelesaikan masalahnya, lebih memilih kegiatan yang lain, bahkan membiarkan masalah sampai pada akhirnya dapat dilupakan. Agar siswa dapat menyelesaikan tantangan yang dihadapi sehingga munculnya keyakinan mengenai kemampuan yang harus dimiliki oleh siswa untuk dapat mengatasi kesulitan sehingga siswa yang mempunyai daya pikir yaitu *Problem Focused Coping* (Azaria, 2017).

Problem focused coping yang lebih mengarah pada penyelesaian masalah secara langsung, *problem focused coping* dapat diarahkan pada lingkungan maupun pada diri sendiri (Bakhtiar & Asriani, 2015). Effendi & Tjahyono (dalam Suwarsi, 2016) menambahkan bahwa *problem focused coping* membawa pengaruh bagi individu yaitu berubahnya atau bertambahnya pengetahuan individu tentang masalah yang dihadapi, dengan mengetahui masalah yang sedang dihadapi maka diharapkan individu mampu mencari jalan keluar yang terbaik bagi masalahnya.

Problem Focused Coping adalah suatu strategi yang diarahkan pada masalah yang dialami individu serta upaya untuk memecahkan masalah (Sulistiyowati, dkk, 2015). *Problem Focused Coping* merupakan usaha secara langsung untuk melakukan sesuatu secara teratur (konstruktif) terhadap kondisi yang menyebabkan individu merasa takut, kondisi menyheramkan atau kondisi yang menuntut terjadinya perubahan (Sulistiyowati, dkk, 2015). Siswa yang melakukan *problem focused coping* dengan baik maka memperoleh dampak

yang positif dalam mengubah yang berpengaruh dari permasalahan dari sumber tekanan yang dihadapi (Wiranto & Rista, 2022).

Menjadi seorang siswa relatif memiliki tuntutan dan beban tugas sekolah yang cukup banyak. Oleh karena itu, dapat dikatakan seorang siswa mempunyai tekanan tersendiri. Maka dari itu, yang seharusnya dilakukan untuk mengatasi tugas yang cukup banyak adalah mencari solusi untuk mengatasi tugas-tugas tersebut. Seseorang yang cenderung menggunakan *problem focused coping* dalam mengatasi tekanan yang dialaminya cenderung untuk lebih terfokus terhadap masalah yang dihadapinya dan berusaha untuk mencari berbagai cara untuk memecahkan masalah yang dialaminya. Selain itu sikap optimis juga menyebabkan individu dapat mengatasi masalah atau tekanan secara lebih efektif dan adaptif (Kholifah, 2017).

Menurut Seligman (dalam Suwarsi, 2016), menyatakan bahwa optimisme merupakan keyakinan individu dalam menanggapi bahwa peristiwa buruk atau kegagalan hanya bersifat sementara, tidak mempengaruhi semua aktivitas dan tidak mutlak disebabkan diri sendiri tetapi bisa situasi, nasib atau orang lain. Sehingga dari kegagalan-kegagalan yang dialami, bagi siswa yang memiliki sikap optimisme yang tinggi tidak akan lantas menyerah begitu saja, tapi berusaha mengatasi banyaknya tekanan.

Orang yang optimis, dalam kehidupannya didominasi oleh pikirannya yang positif, berani mengambil keputusan penuh dengan keyakinan dan kepercayaan diri yang mantap. Dilihat dari beberapa ciri-ciri optimisme, yang salah satunya yaitu memiliki kepercayaan diri yang kuat, sehingga dapat

dikatakan bahwa seorang siswa yang memiliki kepercayaan diri yang kuat berarti juga mempunyai optimisme yang tinggi (Kholifah, 2017).

Pernyataan tersebut didukung oleh Wrosch & Scheier (dalam, Setriawati & Fikry, 2023) mengatakan bahwa orang yang optimis tidak takut menghadapi kegagalan dan berusaha mencari tahu penyebabnya. Orang yang optimis bersikap positif saat menghadapi masalah, saat mengalami peristiwa yang menyenangkan, orang optimis percaya bahwa hal ini akan bertahan lama, bahkan mungkin dalam keadaan yang berbeda. Keberadaan sikap optimisme dalam diri seseorang dapat berperan dalam meringankan beban dan permasalahan negatif, ataupun permasalahan lain yang mungkin mereka alami kedepannya.

Lopez & Snyder (dalam Muslimah & Satwika, 2019) berpendapat bahwa optimisme adalah suatu harapan yang ada pada individu bahwa sesuatu akan berjalan menuju kearah kebaikan. Perasaan optimisme membawa individu pada tujuan yang diinginkan, yakni percaya pada diri dan kemampuan yang dimiliki siswa yang memiliki keyakinan positif akan memiliki harapan yang positif pula untuk menghadapi tantangan dan hambatan termasuk dalam mengerjakan ujian atau tugas di sekolah. Harapan positif yang dimiliki oleh individu akan mengarahkan perilakunya dengan memusatkan perhatian pada kesuksesan, optimis, pemecahan masalah yang menjauhkan diri dari perasaan takut akan kegagalan dengan menggunakan kata-kata yang mengandung harapan. Dengan kata lain, ketika siswa selalu memiliki sikap optimis dan harapan akan kesuksesan pada bidang akademik maka

perilaku mudah menyerah tidak akan muncul dalam diri siswa (Muslimah & Satwika, 2019).

Sikap optimisme pada siswa akan sangat membantu dalam proses pembelajaran. Siswa optimis akan menganggap kegagalan terjadi karena faktor diluar dirinya, sehingga memacu dirinya untuk mengatasi dan memperbaiki hingga faktor penyebab kegagalan tersebut lenyap dari dirinya. Sikap seperti inilah yang sangat dibutuhkan siswa untuk meningkatkan kemampuannya dalam usaha mencapai cita-citanya. Sikap optimis ini perlu dimiliki oleh setiap individu terlepas dari apapun profesinya. Salah satunya oleh siswa, sikap optimis perlu dikembangkan untuk dapat memecahkan masalah (Muslimah & Satwika, 2019).

Siswa yang optimis tidak memandang masalah sebagai akhir dari usahanya, tetapi justru akan berusaha menyelesaikan dan keluar dari masalah tersebut. Siswa yang memiliki sifat optimis cenderung lebih sehat karena memiliki harapan yang positif, juga lebih cerdas secara emosi, tidak mudah putus asa, tidak merasa bodoh, dan tidak mudah mengalami depresi (Muslimah & Satwika, 2019). Hal ini akan berdampak baik ketika individu dapat mengelola permasalahan yang dihadapi dengan baik pula, sebaliknya berdampak buruk bagi individu apabila menumpuk masalah dan membiarkan yang dihadapi atau menghindar tanpa adanya penyelesaian (Wiranto, 2022).

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada 24 November 2023 pada beberapa siswa, diperoleh informasi bahwa kebanyakan siswa merasa tugas yang

diberikan oleh guru terlalu banyak. Selain itu siswa mengatakan bahwa mereka diharuskan mengikuti ekstrakurikuler. Hal ini menyebabkan kebanyakan siswa mengalami tekanan baik bersifat akademik atau non akademik. Selain itu siswa juga tidak berpikir panjang dalam menyelesaikan tugas dengan keadaan tergesa-gesa tanpa memikirkan benar atau salah tugas yang dipelajari. Adapun dari beberapa siswa mengatakan disaat sedang dihadap dengan kesulitan dalam memahami materi pembelajaran, siswa tersebut tidak mau bertanya kepada guru atau teman sekelasnya mengenai pembelajaran yang tidak paham. Siswa juga mengatakan bahwa disaat ada tugas kelompok dengan teman yang memiliki konflik, siswa tersebut menghindar dan tidak bertanggung jawab dalam bagian tugas yang sudah dibagikan oleh ketua kelompok.

Adapun yang menyebabkan terjadi masalah tersebut adalah siswa bersikap pasra dan putus asa sehingga sulit untuk berhasil, merasa tidak punya kemampuan dalam menggali potensinya dan tidak semangat dalam menyelesaikan tugasnya yang tenggat waktunya sedikit. Beberapa siswa mengatakan bahwa disaat siswa mengalami kegagalan atau rintangan mereka cenderung menganggap bahwa situasi itu adalah hasil dari keagalannya, tanpa mempertimbangkan bahwa yang sedang dialaminya adalah suatu proses belajar. siswa juga mengatakan saat mereka dapat menyelesaikan tugas dengan tegat waktu yang sedikit mereka berhasil menyelesaikannya menganggap bahwa itu hanyalah sebuah keberuntungan. Selain itu, siswa mengatakan disaat siswa sedang mengalami kegagalan atau kesulitan, siswa cenderung menyalahkan guru atau teman yang tidak membantunya tanpa mempertanggung jawab pribadinya dalam situasi.

Penelitian *Problem Focused coping* & Optimisme pernah dilakukan oleh Valentsia & Wijono, (2020) Optimisme dengan *Problem Focused Coping* pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Tugas Akhir. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara optimisme dengan *problem focused coping*, yang berarti semakin tinggi optimisme maka semakin tinggi juga *problem focused coping* yang dimiliki mahasiswa. Penelitian selanjutnya dilakukan Sulistyowati, dkk (2015) mengenai Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dan Optimisme dengan *Problem Focused Coping* pada Mahasiswa S1 Keperawatan Stikes Telogorejo Semarang hasil menunjukkan memiliki kesimpulan bahwa membawa pengaruh positif dan membantu mahasiswa untuk berlatih dan meningkatkan diri terutama yang berkaitan strategi dalam menghadapi masalah *problem focused coping*, membangun relasi interpersonal dengan mengelola emosi (kecerdasan emosi) dan dapat bersikap optimis dalam menghadapi sebuah tantangan dan masalah yang dihadapi. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh dari Khairina & Hafni (2024) mengenai Hubungan Optimisme dengan *Problem Focused Coping* pada Mahasiswa Manajemen Universitas Dharmawangsa Angkatan 2019/2020 yang Bekerja. Hasil menunjukkan bahwa optimisme memiliki hubungan positif yang signifikan dengan *problem focused coping* pada mahasiswa tingkat akhir. Selain itu optimisme memberikan kontribusi yang efektif sebesar dalam mempengaruhi tingkat *problem focused coping* mahasiswa tingkat akhir.

Adapun perbedaan dari penelitian sebelumnya adalah penelitian ini berfokus pada permasalahan siswa mengatasi masalah yang di hadapinya dan

banyak tugas dengan mengikuti kegiatan disekolah mengatakan individu yang optimis dapat mengubah strategi dalam mengatasi tekanan tergantung pada situasinya. Sedangkan penelitian lain berfokus pada mahasiswa mahasiswa pada akhir periode studi adalah ketika mereka diperhadapkan dengan penyusunan tugas akhir (Valentsia & Wijono, 2020).

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang Hubungan antara *Optimisme dengan Problem Focused Coping* pada Siswa SMAN 9 Padang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang sudah jelas, maka rumusan masalah yang diajukan adalah “Apakah Hubungan Antara Optimisme dengan *Problem focused coping* pada Siswa SMAN 9 Padang”.

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan antara Optimisme dengan *Problem Focused Coping* pada Siswa SMAN 9 Padang.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari dilakukan penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat sebagai berikut.

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis penelitian ini adalah memberikan pengetahuan mengenai Optimisme dan *Problem Focused Coping* pada siswa sehingga

diharapkan dapat memberi referensi memperluas ilmu pengetahuan psikologi, khususnya dibidang psikologi pendidikan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi siswa

Diharapkan dapat memberi informasi mengenai saat mengalami *Problem Focused Coping* dalam menjalani kegiatan akademik.

b. Bagi Guru

Diharapkan untuk memperhatikan, membimbing dan menciptakan lingkungan belajar yang bervariasi agar siswa tidak merasa kesulitan dalam menghadapi permasalahan dalam belajar dan tetap semangat belajar untuk meraih prestasi akademiknya.