

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sekolah memiliki peran yang penting dalam pencapaian kompetensi individu. Bila ditinjau dari sudut perkembangan, sekolah memiliki peran penting dalam perkembangan siswa, namun di sisi lain kelas atau sekolah juga dipandang sebagai sistem yang mengandung banyak tantangan. Hal ini terkait dengan upaya pencapaian standar kompetensi yang telah ditetapkan dalam setiap kurikulum yang berupa pencapaian kompetensi kognitif, dimana siswa harus mampu melakukan secara baik dalam akademik dan kompetensi sosial, mampu membangun dan memelihara hubungan dengan teman sebaya, dan taat terhadap aturan dalam kelas (Poerwanto & Prihastiwi, 2017).

Di Indonesia pendidikan berlangsung dan terbagi dalam beberapa jenjang sebagai tahapan yang ditentukan oleh tujuan yang akan dicapai, tingkat perkembangan peserta didik, dan keterampilan yang disempurnakan (Permenristekdikti, 2015). Guna mencapai kompetensi kognitif, maka siswa akan diberi begitu banyak tugas, baik saat di kelas maupun tugas-tugas yang dikerjakan di rumah, baik dalam bentuk mengerjakan lembar kerja siswa maupun tugas dalam bentuk prakarya, serta mencari bahan-bahan untuk mendukung belajar. Jika semua guru memberikan tugas pada waktu yang sama maka akan menjadi beban berat bagi siswa (Poerwanto & Prihastiwi, 2017).

Masalah datang pada waktu dan tempat yang tidak dapat diprediksikan, masalah datang tidak mengenal keadaan seseorang sudah siap menerimanya atau belum. Salah satu fase perkembangan yang rentan dengan permasalahan adalah pada masa remaja. Hurlock (dalam Pitaloka, 2021) menyatakan bahwasanya masa remaja adalah usia bermasalah. Masa remaja berlangsung dari usia tiga belastahun sampai enam belas atau tujuh belas tahun. Pada masa ini, remaja bukan lagi seorang anak-anak dan bukan juga orang dewasa (Hurlock, dalam Pitaloka 2021). Pada umumnya usia tiga belas hingga lima belas tahun berstatus sebagai siswa di Sekolah Menengah Pertama (SMP), dan pada usia lima belas hingga tujuh belas tahun berstatus sebagai siswa di Sekolah Menengah Atas (SMA). Masalah yang dialami siswa pada masa remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi, baik laki-laki maupun perempuan. Adanya dua alasan bagi kesulitan itu. Pertama, sepanjang masa kanak-kanak masalahnya diselesaikan oleh orangtua dan guru sehingga kebanyakan siswa tidak berpengalaman dalam mengatasi masalah. Kedua, karena siswa merasa dirinya mandiri sehingga siswa ingin mengatasi masalahnya sendiri, menolak bantuan orangtua dan guru.

Siswa pada usia remaja juga melewati masa badai dan tekanan (*storm and stress*), yaitu suatu masa dimana ketegangan emosi yang meninggi. Adanya perubahan yang bersifat universal pada siswa yaitu meningginya emosi, perubahan tubuh, minat, dan peran, perubahan pola perilaku, perubahan nilai-nilai serta sikap ambivalen terhadap setiap perubahan yang ditandai dengan adanya tuntutan akan kebebasan tetapi takut untuk bertanggung jawab (Hurlock, dalam Pitaloka 2021). Siswa dihadapkan pada pekerjaan rumah yang banyak, perubahan

kurikulum yang berlangsung dengan cepat, batas penyelesaian tugas dan ujian, kecemasan dan kebingungan dalam menentukan pilihan karir dan program pendidikan lanjutan, membagi waktu untuk mengerjakan PR, olahraga, hobi, dan kehidupan sosial.

Gambaran bahwa masa sekolah menengah memiliki pengalaman berharga bagi siswa, tetapi di sisi lain siswa dihadapkan pada banyak tuntutan dan perubahan cepat yang membuat siswa mengalami masa-masa yang penuh masalah menurut Rainham (dalam Desmita, 2009) . Siswa dihadapkan pada pekerjaan rumah yang banyak, perubahan kurikulum yang berlangsung dengan cepat, batas penyelesaian tugas dan ujian, kecemasan dan kebingungan dalam menentukan pilihan karir dan program pendidikan lanjutan, membagi waktu untuk mengerjakan PR, olahraga, hobi, dan kehidupan sosial. Masalah-masalah yang dihadapi siswa tidak jarang muncul secara bersamaan hingga membuat siswa kewalahan dalam mengontrol fokus dalam menyelesaikan suatu tugas atau pekerjaan yang sudah menjadi tanggung jawabnya. Masalah-masalah tersebut dapat diatasi dengan resiliensi.

Di dalam konteks akademik, resiliensi disebut dengan resiliensi akademik. Resiliensi di bidang akademik artinya dapat mengatasi hambatan yang terjadi dalam proses penyelesaian pendidikan serta melaluinya secara sukses (Rahmawati, 2012). Resiliensi akademik dibutuhkan untuk bertahan di dalam padatnya aktivitas sekolah (Ramadhana, 2019). Keberadaan resiliensi akademik akan mengubah permasalahan menjadi sebuah tantangan, kegagalan menjadi kesuksesan, ketidak berdayaan menjadi kekuatan (Wahidah, 2018).

Resiliensi merupakan kemampuan untuk menghadapi kemunduran atau tekanan akademik secara efektif (Martin & Marsh, dalam Muhlisah & Nur'aini 2021). Definisi lain dari resiliensi akademik menurut Cassidy (dalam Wulandari & Kumalasari, 2022) adalah kemampuan siswa untuk bertahan hidup setelah menyelesaikan pendidikannya, bahkan ketika dihadapkan pada situasi yang penuh tekanan. Boatman (2014) juga beranggapan bahwa resiliensi akademik merupakan kekuatan dari dalam dan dari luar untuk mengatasi berbagai pengalaman kurang baik yang menekan dan berakibat menghambat proses dalam belajar, sehingga individu mampu beradaptasi dengan baik dan mampu menuntaskan tuntutan akademik secara optimal. Resiliensi merupakan kemampuan yang penting dalam menentukan keputusan yang sulit di waktu-waktu yang mendesak (Aziz & Noviekayati, 2016).

Agar dapat sukses di bidang akademik, terdapat faktor-faktor yang turut berperan. Menurut Jowkar, dkk (2014) faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik dikategorikan menjadi faktor pelindung eksternal dan faktor pelindung internal. *Coping* akan membekali siswa dengan keterampilan untuk mengelola persoalan yang dihadapi, sehingga dengan dimilikinya keterampilan tersebut ia akan bersikap tangguh (Rahmawati, 2012). Menurut Everall, Allrows, dan Paulson (dalam Nasution 2023), individu yang resilien memiliki kemampuan penyelesaian masalah yang lebih baik akan menggunakan *problem focused coping* atau fokus terhadap permasalahan sebagai strategi menyelesaikan masalahnya. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian Shahmirzaei dan Tamannaefifar pada

tahun (2019) yang menyatakan bahwasanya resiliensi akademik memiliki hubungan signifikan yang positif dengan *problem focused coping*.

Lazarus dan Folkman (dalam Nasution 2023) mengklasifikasikan dua jenis *coping*, yaitu *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. *Problem focused coping* merupakan strategi *coping* untuk menghadapi masalah secara langsung melalui tindakan yang ditujukan untuk menghilangkan atau mengubah sumber-sumber stres, sedangkan *emotional focused coping* merupakan strategi untuk meredakan emosi individu yang ditimbulkan oleh *stressor* (sumber stres), tanpa berusaha untuk mengubah suatu situasi yang menjadi sumber stres secara langsung. Sari (dalam Syarkiki, 2016) mengatakan bahwa *Problem focused coping* menghadapi tekanan-tekanan atau kesulitan dengan cara langsung menghadapi *stressor*. Oleh karena itu, individu memandang diri sendiri lebih positif, mampu beradaptasi dengan sumber stres dan lebih memiliki motivasi yang tinggi untuk menyelesaikan dengan cara yang lain.

Lazarus dan Folkman (dalam Nasution 2023) mengklasifikasikan dua jenis *coping*, yaitu *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. *Problem focused coping* merupakan strategi *coping* untuk menghadapi masalah secara langsung melalui tindakan yang ditujukan untuk menghilangkan atau mengubah sumber-sumber stres, sedangkan *emotional focused coping* merupakan strategi untuk meredakan emosi individu yang ditimbulkan oleh *stressor* (sumber

stres), tanpa berusaha untuk mengubah suatu situasi yang menjadi sumber stres secara langsung.

Hasil wawancara dengan Guru Bimbingan Konseling SMA 2 Kota Solok menunjukkan bahwa resiliensi akademik siswa siswi berbeda-beda saat berada di sekolah. Beberapa siswa menunjukkan resiliensi yang kurang baik, hal ini terlihat dari siswa yang ketika mendapati tugas, mereka cenderung menyepelkan tugas yang diberikan. Selain itu, banyaknya laporan dari guru bahwa siswa banyak yang tidak mampu mengumpulkan tugas tepat waktu yang diberikan. Sedangkan siswa yang belum mampu bertahan menghadapi kondisi-kondisi sulit di lingkungan akademik cenderung menunjukkan perilaku membolos, tidak patuh dengan guru, tidak mengerjakan tugas sekolah, datang terlambat, tidur di kelas, berisik dikelas, dan keluar kelas saat kegiatan belajar berlangsung.

Selain wawancara dengan Guru Bimbingan Konseling, peneliti juga melakukan wawancara dengan 12 siswa SMA 2 Kota Solok. Dari wawancara tersebut didapat hasil bahwasanya terdapat beberapa tuntutan dan masalah yang dialami, yakni tugas sekolah yang banyak, beberapa materi yang sulit dimengerti, standar nilai yang tinggi, dan kekecewaan ketika nilai yang didapat kurang memuaskan. Empat orang siswa mampu memiliki resiliensi akademik yang bagus terlihat dari siswa mampu membagi waktu menyelesaikan tugas sekolah dengan tepat waktu, masih mengikuti kegiatan organisasi tambahan untuk mengisi waktu luang serta siswa dapat disiplin terhadap aturan yang ada di sekolah. Namun delapan siswa lainnya kurang mampu bertahan dalam menunjukkan resiliensi

akademik yang baik terlihat dari sikap siswa yang masih suka membolos saat jam belajar, suka melanggar aturan sekolah dengan datang terlambat.

Selanjutnya untuk wawancara mengenai *problem focused coping* peneliti mendapati adanya keluhan dari siswa mengenai tugas yang tidak dimengerti namun tidak mampu untuk bertanya dan meminta bantuan. Meski mengalami kesulitan siswa tidak mencari alternatif lain seperti mengikuti kursus atau bimbingan belajar serta mencari jawaban pada sumber lain seperti buku-buku yang berkaitan. Akibatnya, setelah merasa kewalahan dengan mencoba mengerjakan semampunya hingga waktu pengumpulan tiba siswa merasakan tekanan hingga hilang fokus. Peneliti juga mendapati adanya siswa yang tidak mampu membangun komunikasi dengan temannya meski siswa tersebut membutuhkan bantuan berupa kerja kelompok, bertanya kepada teman hingga bertanya kepada guru. Terlihat dari hasil wawancara tersebut terdapat berbagai tuntutan dan masalah mengharuskan adanya strategi penyelesaian masalah. Setiap individu mempunyai strategi penyelesaian yang berbeda. Perbedaan tersebut terlihat dari strategi pemecahan masalah yang dipilih. Di dalam Psikologi, strategi penyelesaian masalah disebut dengan *coping*.

Penelitian terdahulu telah dilakukan Pitaloka (2021) mengenai hubungan *problem focused coping* dengan resiliensi akademik pada siswa di SMP Negeri 2 Tambang Kabupaten Kampar mengungkapkan bahwasanya terdapat hubungan antara *problem focused coping* dengan resiliensi akademik. Penelitian lain dilakukan oleh Wiranto, dkk (2022) tentang *academic resilience* pada siswa sekolah menengah kejuruan (SMK): menguji peranan *problem focused coping*

mendapati kesimpulan yaitu ada hubungan yang kuat antara dua variabel yaitu *problem focused coping* dengan *academic resilience*.

Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian selanjutnya adalah terletak pada sampel, waktu penelitian, tempat penelitian. Penulis memilih responden pada SMA N 2 Kota Solok dikarenakan siswa sekolah menengah sudah merasakan tuntutan untuk pendidikan selanjutnya. Melalui penelitian tentang resiliensi akademik ini, kita dapat memahami bagaimana hal ini berdampak pada fokus belajar siswa.

Berdasarkan uraian yang telah peneliti sampaikan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul hubungan *problem focused coping* dengan resiliensi akademik pada siswa SMA N 2 Kota Solok.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara *problem focused coping* dan resiliensi akademik pada siswa di SMA 2 Kota Solok?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari dilakukannya penelitian ini adalah untuk adanya mengetahui hubungan antara *problem focused coping* dan resiliensi akademik pada siswa di SMA 2 Kota Solok.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari dilakukannya penelitian ini nantinya, adalah :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya dan memberikan sumbangsih bagi ilmu psikologi terkhususnya bidang psikologi pendidikan berkaitan dengan variabel *problem focused coping* dan resiliensi akademik sehingga dapat memberikan manfaat bagi penelitian selanjutnya dengan variabel terkait.

2. Manfaat Praktis

1. Bagi Siswa

Siswa diharapkan dapat menerapkan *problem focused coping* sebagai strategi ketika menghadapi sebuah masalah. *Problem focused coping* akan membantu siswa menjadi pribadi yang resilien dan tangguh ketika berhadapan dengan masalah akademik di sekolah.

2. Bagi Guru

Melalui penelitian ini diharapkan dapat lebih mengerti serta memahami kondisi yang dirasakan dan dialami oleh peserta didiknya(siswa) agar dapat menerapkan strategi yang baik dalam mengajar.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan menjadikan tambahan literatur di lingkup akademik termasuk pada peneliti yang ingin mengangkat topik *problem focused coping* maupun resiliensi akademik.