

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan sangat penting bagi setiap individu. Pendidikan merupakan fondasi bagi masa depan anak-anak, karena itu banyak orang tua yang berlomba-lomba memberikan pendidikan terbaik untuk anaknya mulai dari PAUD, TK, SD, SMP, SMA. Pentingnya pendidikan seringkali disepelkan pendidikan merupakan sarana untuk menambah wawasan. Pendidikan dapat mengasah kemampuan dalam menyelesaikan masalah, meningkatkan perekonomian, hingga menciptakan kesempatan kerja yang lebih baik. Tidak hanya orang tua, pemerintah juga berperan dalam menyiapkan Pendidikan yang baik serta mengupayakan pemerataan kualitas pendidikan di Indonesia. Pendidikan dapat menentukan karakter seseorang hingga berubah menjadi manusia yang lebih baik dan bermanfaat. Pendidikan memiliki peran strategis dalam meningkatkan kualitas dan kapasitas individu dalam menghadapi kehidupan (Musana, 2017).

Dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia di suatu negara diperlukan kesadaran pentingnya mengutamakan pendidikan sebagai hal yang wajib dipenuhi (Halean, 2021). Pendidikan merupakan hak asasi setiap individu, karena pendidikan adalah bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia yang terus tumbuh dan berkembang. Oleh karena itu, pendidikan wajib diberikan kepada seluruh masyarakat tanpa kecuali, baik yang tinggal di perkotaan maupun di daerah terpencil. Lokasi yang Jauh dan terpencil tidak boleh menjadi alasan untuk menghalangi masyarakat memperoleh pendidikan yang layak.

Dengan demikian, tujuan negara yang tercantum dalam Pembukaan Undang-Undang Dasar 1945 alinea keempat, yaitu 'mencerdaskan kehidupan bangsa,' dapat tercapai.

Banyak upaya yang dilakukan pemerintah untuk meningkatkan kualitas pendidikan, seperti memberikan pelatihan guna meningkatkan kompetensi guru, melakukan evaluasi terhadap sistem pendidikan, menyediakan infrastruktur yang memadai, serta menerapkan kurikulum yang relevan. Kurikulum merupakan salah satu upaya penting dalam meningkatkan kualitas pendidikan, karena pendidikan yang berkualitas tidak dapat dipisahkan dari kurikulum yang diterapkan di satuan pendidikan. Kurikulum berperan sebagai alat yang menentukan tercapainya tujuan pendidikan tersebut. Kurikulum dalam pendidikan memiliki peran yang sangat besar dalam menentukan kemajuan pendidikan di suatu Negara, mulai dari ranah konsep hingga aplikasi atau praktek di lapangan. Karena memiliki peran sebagai rencana dan pengaturan mengenai isi dan bahan ajar penyelenggaraan pedoman pendidikan yang baik (Dhomiri dkk, 2023)

Kurikulum di Indonesia telah mengalami beberapa kali perubahan. Perubahan ini dilakukan untuk menyesuaikan dengan tantangan zaman yang dihadapi murid saat ini, yang berbeda dengan tantangan yang dihadapi murid pada masa lalu. Kurikulum harus disesuaikan dengan perkembangan zaman, karena murid merupakan generasi masa depan bangsa yang akan membentuk masa depan bangsa yang akan mengukir zaman sesuai dengan potensinya. Menurut Nasution (dalam Sakarti, 2023) perubahan mencakup tujuan serta alat atau cara untuk mencapai tujuan tersebut. Kurikulum memegang peranan yang sangat penting dan

mendasar dalam dunia pendidikan. Menurut Gunawan (dalam Santika dkk., 2022) menyatakan bahwa kurikulum memiliki posisi yang sangat sentral dalam proses pendidikan.

Kurikulum Merdeka saat ini memiliki perbedaan yang signifikan dibandingkan dengan kurikulum sebelumnya. Dalam Kurikulum Merdeka, siswa dan guru dituntut untuk lebih kreatif dan inovatif. Salah satu perubahan yang mencolok adalah sistem penjurusan yang dilakukan di kelas XI. Penjurusan ini didasarkan pada minat siswa, siswa diberikan keleluasaan agar bisa memilih pelajaran sesuai dengan minat di kelas XI, sementara pada kelas X, siswa diwajibkan mempelajari seluruh mata pelajaran, baik IPA maupun IPS.

Kurikulum Merdeka yang mewajibkan semua siswa mempelajari berbagai mata pelajaran telah menyebabkan bertambahnya jadwal pelajaran yang hampir 8 jam perhari, hal ini disebut juga *full day school*. Berdasarkan Peraturan Menteri (Permen) Nomor 23 Tahun 2017, dijelaskan bahwa *full day school* merupakan hari sekolah dilaksanakan selama 8 jam sehari, 5 hari dalam seminggu. Padatnya kegiatan siswa dalam menjalani program *full day school*, kewajiban mempertahankan prestasi, serta lolos SNMPTN menyebabkan tekanan terhadap siswa.

Siswa dengan kurikulum merdeka saat ini menghadapi waktu belajar yang panjang, dituntut untuk mempertahankan prestasi, serta menerima banyak tugas, sehingga menimbulkan rasa jenuh dan lelah yang berpotensi menyebabkan stres akibat beban yang berlebihan. Selain itu, kegiatan ekstrakurikuler juga menambah kesibukan, sehingga siswa harus mampu mengatur waktu dengan baik untuk

menghadapi tekanan. Dimana pada masa SMA ini siswa berada pada masa perkembangan remaja. Menurut Setyowati (2018) masa remaja disebut “belajar” untuk tumbuh dan berkembang dari anak menjadi dewasa, masa belajar ini disertai dengan tugas-tugas yang dalam istilah psikologis dikenal dengan istilah tugas perkembangan. Ismatuddiyana dkk.,(2023) menjelaskan Tugas perkembangan adalah pencapaian berbagai perubahan fisik, emosional, sosial, dan psikologis yang terjadi selama masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Sama halnya dengan tugas di sekolah, tugas perkembangan ini juga harus diselesaikan oleh seorang remaja dengan baik dan tepat waktu untuk dapat naik ke kelas berikutnya.

Pencapaian tahap perkembangan dapat berbeda antara remaja yang satu dengan remaja yang lainnya. Ada remaja yang dapat mencapai tahap perkembangan dengan baik, namun ada pula remaja yang lamban atau mengalami hambatan dalam mencapai tahap perkembangannya. Menurut Batubara (dalam Mufidha, 2019) menyatakan remaja akan dapat mencapai tahap perkembangannya, apabila remaja memiliki *psychological well-being* yang baik. *Psychological well being* merupakan kondisi individu yang mampu menerima diri, membangun hubungan sosial, mandiri, mengendalikan lingkungan, mencaoi tujuan hidup, dan mengaktualisasikan potensi diri Ryff (dalam Zahara & Harsono 2023)

Ketika seorang individu berada pada masa perkembangan remaja, banyak sekali hambatan yang dialami oleh seorang individu dalam belajar terutama melawan rasa malas. Menurut Sulala (dalam Putra dkk., 2023),

kemalasan belajar sering kali dihindarkan hampir setiap orang. Dengan berbagai alasan seperti bosan, mengantuk, tidak paham akan materi yang disampaikan dan lain sebagainya. Pada usia remaja, individu sedang berada dalam tahap perkembangan fisik, emosional, dan sosial yang signifikan. Tekanan-tekanan dapat mempengaruhi kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis siswa, terutama jika tidak diimbangi dengan kemampuan untuk mengelola stres.

Menurut Prihartini dkk., (2023) *Psychological well being* pada remaja sangat dipengaruhi oleh kemampuannya dalam menghadapi stres dan tekanan, serta kemampuan untuk menyeimbangkan tuntutan sekolah dengan kebutuhan emosional dan sosial individu. Sekolah yang penuh aktivitas dengan jam belajar yang panjang dapat meningkatkan kecemasan dan stres pada siswa, yang dapat mempengaruhi kesehatan mental mereka jika tidak dikelola dengan baik.

Oleh karena itu, penting untuk menyediakan lingkungan sekolah yang mendukung, dengan program-program yang memperhatikan *psychological well being* siswa, serta mendorong pengembangan keterampilan koping yang efektif untuk membantu mereka mengatasi tekanan selama masa remaja. Dengan jadwal kegiatan yang padat, terdapat kekhawatiran apakah sekolah mampu memenuhi *psychological well being* siswa. Seorang siswa tentunya harus mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya, menjalani berbagai aktivitas yang ada, serta memiliki kesiapan mental untuk menghadapi berbagai tantangan.

Rendahnya *psychological well being* dapat memberikan berbagai dampak negatif pada individu, khususnya siswa sekolah, baik dalam aspek mental, emosional, sosial, maupun akademik. Secara psikologis rendahnya *psychological*

well being dapat menimbulkan kesulitan dalam mengatasi masalah dan kesepian yang tinggi.

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan pada 114 siswa SMA di Magelang, ditemukan bahwa Siswa dengan tingkat *hardiness* tinggi, cenderung memiliki *psychological well being* yang baik. Sedangkan hasil penelitian Suherlin dkk.,(2024) *psychological well being* siswa secara umum berada pada kategori sedang dan sebagian kecil berada pada kategori rendah. Sehingga siswa cukup mampu memahami tujuan dan arah hidupnya, menerima diri secara positif, mengekspresikan suasana hati yang bahagia serta optimis, mandiri, memiliki hubungan yang baik dengan orang lain, menerima kehidupan sebagai sesuatu yang bermakna, cukup bisa mengelola lingkungan dan mengembangkan potensi yang dimiliki. Siswa juga perlu menjaga diri dari tekanan atau masalah yang mungkin muncul di sekolah. Hal ini bertujuan agar siswa dapat terhindar dari berbagai permasalahan yang dapat mempengaruhi *psychological well being*.

Menurut Ryff (dalam Vina, 2022) *Psychological well-being* merupakan potensi individu untuk mencapai keadaan psikologis yang baik dalam penerimaan diri, tujuan dan nilai hidup, hubungan sosial dengan mengembangkan relasi yang positif dengan orang lain, kemandirian, pengendalian lingkungan dan bertumbuh secara personal. Menurut Deviana dkk (2023) *psychological well-being* adalah salah satu bentuk kesejahteraan yang cukup penting untuk tahap perkembangan remaja. Kesejahteraan yang dirasakan oleh remaja membuat remaja lebih memiliki emosi yang positif serta dapat menumbuhkan rasa kepuasan hidup dan kebahagiaan, sehingga mengurangi perilaku negatif dan mengurangi perasaan

depresi. Rfyy (dalam Supriyadi ddk.,) menyatakan *Psychological well being* dipengaruhi oleh salah satu faktor kepribadian.

Menurut Wells (2010) terdapat beberapa tipe kepribadian yang mudah untuk tertekan pada situasi tertentu yang dihadapi individu, tetapi terdapat pula tipe kepribadian yang mampu dihadapkan dengan situasi yang dapat memberikan tekanan dalam aktivitas yang dilakukan oleh individu, kepribadian tersebut merupakan kepribadian *hardiness*. *Hardiness* merupakan tipe kepribadian individu yang dapat mengubah kondisi penuh tekanan menjadi peluang untuk bertumbuh. Kualitas perkembangan remaja akan berdampak pada kualitas psikologisnya pada saat ia dewasa, maka kajian mengenai kesejahteraan pada remaja menjadi penting. Oleh karena itu, diperlukan pengembangan kepribadian *hardiness*

Hardiness adalah kepribadian yang dapat menilai situasi tidak mengancam atau mengancam menjadi kurang menakutkan, sehingga meminimalkan timbulnya tekanan yang diterima. Kepribadian *hardiness* yang dimiliki siswa, akan membawa siswa pada tingkat stres yang rendah. Nevid (dalam Rahmawati 2024) menyatakan bahwa *hardiness* adalah kepribadian yang ditandai kemampuan individu untuk bertahan pada kejadian yang mengancam dan berpeluang menimbulkan stres.

Menurut Kobasa (dalam Septiningsih, 2021) *hardiness* adalah suatu karakteristik kepribadian yang membuat individu menjadi lebih kuat, tahan, stabil, dan optimis dalam menghadapi stress dan mengurangi efek negatif yang dihadapi. Menurut Maddi dan Kobasa (1989) mengatakan bahwa *hardiness* merupakan

suatu konstruk psikologis yang merujuk pada suatu kestabilan yang bersifat individu dalam hal memberikan respon suatu peristiwa dan memiliki karakteristik *control, commitment* dan *challenge*.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap 15 siswa Al-Istiqomah, diketahui bahwa sebagian besar siswa jarang belajar di rumah. Hal ini disebabkan oleh rasa lelah setelah mengikuti pelajaran di sekolah, yang membuat siswa merasa jenuh dan enggan mengulang materi di rumah, merasa tidak mampu menyelesaikan tugas sekolah dengan baik, ini menunjukkan otonomi yang rendah. Hal ini merupakan salah satu dimensi *psychological well being* yaitu *Autonomy*. Selain itu siswa juga merasa tidak berkemang, merasa bosan, tidak tertarik segala sesuatu yang berhubungan dengan sekolah. Umumnya beberapa orang siswa mengatakan mendapatkan tekanan dari orang tua untuk belajar dengan sungguh-sungguh, biasanya pada malam hari selama 1 hingga 2 jam. Orang tua mengharuskan siswa belajar di rumah dan juga mengawasi aktivitas belajar tersebut. Namun, siswa yang memiliki jadwal belajar tambahan ini merasa kekurangan waktu untuk bermain, mengekspresikan diri dengan teman-teman. Siswa mengungkapkan jadwal belajar yang panjang di sekolah saat melelahkan serta membuat mereka merasa jenuh menjalani kegiatan di sekolah, sehingga mereka kehilangan semangat untuk menjalani kegiatan belajar.

Beberapa siswa juga mengatakan bahwa kurang mampu menghadapi masalah sendirian, kurang bersemangat mengikuti kegiatan-kegiatan tambahan di sekolah karena jadwal sekolah yang padat. Perubahan jadwal sekolah yang baru membuat siswa merasa cemas dengan prestasinya yang menurun karena tidak bisa

mengerjakan tugas dengan baik, bahkan Sebagian siswa mengaku mengerjakan PR disekolah karna merasa kurang waktu istirahat.

Penelitian yang terdahulu dilakukan oleh Pambudi dan Rusmawati (2022) dengan judul ''Hubungan antara *Hardiness* dan *Psychological Well Being* pada Siswa Kelas 11 SMA Negeri 2 Kota Magelang''. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kepribadian *hardiness* dapat memprediksi tingkat *psychological well being*. Tingginya tingkat *hardiness* dan *psychological well being* dari siswa kelas 11 SMA N 2 Kota Magelang, tidak terlepas dari adanya dukungan sosial, yang diberikan oleh lingkungan sekolah. Semakin tinggi tingkat *hardiness* maka semakin tinggi *psychological well being* dari siswa, begitu pula sebaliknya. Penelitian lainya dilakukan oleh Wati et al., (2023) dengan judul ''Hubungan *Hardiness* dan *Psychological Well Being* pada Pekerja asal indonesia yang berdomisili di Saudi Arabia''. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan atau positif antara *hardiness* dan *psychological well-being* pada pekerja asal Indonesia (WNI) yang berdomisili diSaudi Arabia. Artinya semakin tinggi *Hardiness* yang dimiliki oleh para pekerja Indonesia di Saudi Arabia maka akan semakin tinggi tingkat *psychological well-being* yang dimiliki para pekerja Indonesia di Saudi Arabia.

Adapun perbedaan penelitian dengan penelitian sebelumnya yaitu terletak pada subjek, dan tempat penelitian. Berdasarkan fenomena yang dipaparkan peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul '' Hubungan Antara *Hardiness* dengan *Psychological Well Being* pada Siswa SMA AL-Istiqamah Pasaman Barat.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah Apakah terdapat Hubungan Antara *Hardiness* dengan *Psychological WellmBeing* pada Siswa SMA AL-Istiqamah Pasaman Barat ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah ditemukan, maka tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *hardiness* dengan *psychological well being* pada SMA AL-Istiqamah Pasaman Barat.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Penelitian

Penelitian ini dapat memperkaya khasanah ilmu pengetahuan khususnya temuan-temuan dalam bidang Psikologi positif pada kajian mengenai *psychological well being* dan *Hardines* pada siswa sekolah SMA AL-Istiqamah Pasaman Barat.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan menghadapi tantangan belajar dan mampu menyelesaikan permasalahan disekolah. Dengan mengetahui kepribadian *hardiness* diharapkan menjadi masukan bagi siswa untuk memiliki kesejahteraan psikolois (*psychological well being*) yang lebih baik, siswa juga dapat memahami pentingnya memiliki ketahanan mental dalam menghadapi stress, ujian, dan masalah

pribadi. Hal ini dapat membantu mereka dalam mengelola tekanan dan beradaptasi dengan perubahan yang terjadi selama masa remaja.

b. Bagi pihak sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan memberi masukan positif bagi sekolah dalam mengatasi permasalahan khususnya bagi siswa yang memiliki ketahanan dan kesejahteraan psikologis yang rendah, dengan cara memberikan pelatihan *hardiness*, seperti memberikan layanan informasi untuk membantu siswa bagaimana cara memecahkan permasalahan yang ada disekolah.

c. Bagi peneliti lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan bagi peneliti lain yang melakukan penelitian pada bidang yang ada kaitannya dan dapat menjadi bahan perbandingan serta referensi bagi semua pihak yang melakukan penelitian selanjutnya.