

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut UU No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional bab I pasal 1, pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan oleh dirinya, masyarakat, bangsa, dan Negara, dengan pendidikan, secara tidak langsung kepribadian seseorang akan terbentuk (Suganda dalam Astuti, 2021).

Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 13 menjelaskan pendidikan dapat ditempuh melalui 3 jalur, yaitu jalur informal, formal, dan nonformal. Pendidikan informal diselenggarakan secara mandiri di lingkungan keluarga. Adapun pendidikan formal merupakan pendidikan terstruktur dan berjenjang yang diselenggarakan oleh pemerintah maupun masyarakat terdiri atas sekolah pendidikan dasar, sekolah pendidikan menengah, dan sekolah pendidikan tinggi (Anita dalam Ernawati, 2020).

Sekolah adalah tempat peserta didik belajar secara mandiri, formal, serta lembaga atau tempat yang didesain untuk melaksanakan proses pembelajaran peserta didik yang dibimbing oleh guru. Sekolah terdiri dari beberapa jenjang, yaitu Sekolah Dasar (SD) atau Madrasah Ibtidaiyah (MI) sederajat, Sekolah Menengah Pertama (SMP) atau Madrasah Tsanawiyah (MTs) sederajat, Sekolah Menengah Atas (SMA) atau Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), Madrasah

Aliyah (MA) sederajat, dan Perguruan Tinggi (Najmudin dkk dalam Ihsan dan Isnaeni, 2020).

Menurut Rifai dan Barnawi (dalam Hartono, 2021) Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) merupakan salah satu lembaga pendidikan yang bertanggung jawab menciptakan sumber daya manusia yang memiliki kemampuan, keterampilan, dan keahlian sehingga lulusannya dapat mengembangkan kinerja apabila terjun dalam dunia kerja.

Sugianto (dalam Izzati dan Mulyana, 2021) berbagai aktivitas yang terjadi di sekolah seperti rutinitas dan kompleksitas tugas mempengaruhi individu sehingga muncul emosi dan persepsi yang positif mengenai sekolahnya, penilaian yang positif merupakan salah satu indikator dari *psychological well being* dapat diketahui dari ada atau tidaknya perasaan sejahtera, ketika siswa tidak memiliki *psychological well being* yang baik maka akan berpengaruh kepada kewajiban seorang siswa disaat belajar.

Psychological well being menurut Ryff dan Keyes (dalam Ikhlas 2022) merupakan keadaan individu yang tidak hanya terbebas dari tekanan dan masalah mental, tetapi juga dikaitkan dengan kondisi kesehatan mental yang berfungsi maksimal. Individu dikatakan sejahtera saat individu tersebut dapat menerima segala hal dalam kehidupannya, memiliki hubungan yang positif dengan sesama manusia lainnya, mampu menghadapi dan mengarahkan diri dari tekanan, dapat menentukan tujuan, arah dan makna hidup, mampu mengembangkan potensi diri dan berkemampuan untuk mendapatkan dan menciptakan lingkungan sesuai dengan kondisi dirinya. Menurut War (dalam Indryawati 2018) *psychological well*

being adalah kebahagiaan dan kebebasan dari kesulitan yang tercermin pada terpenuhinya berbagai kebutuhan dasar, kebahagiaan dalam pengertian ini, diukur dari keseimbangan antara afek positif dan negatif.

Menurut Ryff dan Keyes (dalam Salsabila 2022) terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well being* yaitu terkait dengan usia seorang individu, tingkat pendidikan, rasa belas kasihan terhadap diri sendiri (*self compassion*), *forgiveness*, jenis kelamin, status sosial ekonomi seorang individu, budaya yang dianutnya, dan tingkat religiusitasnya, dimana dari semua faktor tersebut yang sangat mempengaruhi meningkatkan rasa *psychological well being* seorang individu adalah *forgiveness*.

Mohino (dalam Pattipeiluhu dan Kristianingsih, 2020) menjelaskan bahwa *psychological well being* akan membantu seseorang, termasuk anak dalam menjalani kehidupan sehari-hari sehingga ia dapat mencapai kebahagiaan, gambaran anak yang memiliki *psychological well-being* yang rendah, akan sulit menerima keadaan dirinya, merasa terisolasi dari lingkungan sosial, tidak mampu mengambil keputusan sendiri, tidak memiliki tujuan hidup yang jelas, tidak dapat berkembang ke arah yang baik dan mudah dipengaruhi orang lain.

Mustary (2021) menjelaskan bahwa *forgiveness* didefinisikan sebagai suatu proses yang disengaja dengan mengubah respon yang negatif dan penuh dendam menjadi respon yang positif, dari berbagai literatur tentang memaafkan dalam ranah psikologi, memaafkan dapat digolongkan menjadi dua yakni memaafkan orang lain dan memaafkan diri sendiri.

Menurut McCullough (dalam Alhad dkk, 2021) *forgiveness* merupakan

sebuah motivasi yang dimiliki individu untuk tidak menghindari dan tidak melakukan balas dendam kepada pelaku atau *offender*. Menurut Setyawan dan Dewi (dalam Mustary, 2021) menjelaskan bahwa *forgiveness* dapat memberikan kontribusi pada kesejahteraan psikologis yaitu dengan *forgiveness* lebih mungkin memiliki hubungan baik dengan orang lain yang stabil, oleh karena itu, bias lebih terjaga dengan baik tanpa memiliki rasa dendam, dengan adanya *forgiveness* yang lebih baik, maka secara optimal dapat memenuhi salah satu dimensi dari *psychological well being* yaitu hubungan positif dengan orang lain.

Menurut Enright (dalam Dwityaputri dan Sakti, 2019) gambaran *forgiveness* pada umumnya sangat kompleksitas mengenai integrasi dari perilaku, kognisi, dan afeksi, *forgiveness* sebagai suatu kemampuan untuk mengganti pikiran negatif, tindakan, dan perasaan dengan pikiran yang lebih positif, tindakan dan perasaan kepada individu yang telah menyakitinya, *forgiveness* lebih menerima apa yang telah terjadi, menahan diri dari amarah dan membuat diri merasa lebih baik.

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan pada tanggal 09 Juli 2024 dengan guru Bimbingan Konseling (BK) di SMKS Rokan Hilir, mengatakan bahwa aktivitas belajar disekolah yang dilakukannya setiap hari membuat banyak siswa yang merasa tidak nyaman. Banyak siswa yang tidak suka bersosialisasi dengan banyak orang, siswa merasa tidak nyaman di kelas ketika belajar. Siswa mengatakan bahwa meskipun siswa tidak suka bersosialisasi tetapi siswa masih membutuhkan bantuan orang lain ketika siswa mengalami permasalahan atau mengambil keputusan untuk dirinya sendirinya. Ketika siswa mengalami masalah

dan tidak bisa mengambil keputusan untuk permasalahan tersebut mahasiswa mengatakan merasa dirinya tidak berguna dan menyalahkan dirinya terus menerus. Siswa mengatakan kepada guru Bimbingan Konseling (BK) bahwa siswa seringkali menyimpan dendam dengan teman-teman yang telah menyakitinya disekolah, seperti saat siswa dikucilkan oleh temannya yang harus memperoleh teman yang dirasa sesuai dengan kriteria kelompok. Siswa mengatakan bahwa siswa tidak ingin berkomunikasi dengan teman-teman yang telah menyakitinya, siswa merasa sangat tidak nyaman jika diberikan tugas yang mengharuskan siswa sekelompok dengan teman yang sudah menyakitinya.

Hasil wawancara peneliti dengan sepuluh orang siswa, mengatakan bahwa siswa tidak nyaman selama berada disekolah, siswa merasa dengan tugas-tugas yang diberikan kepadanya setiap hari membuat siswa merasa kesulitan dan melakukan semuanya dengan terpaksa. Beberapa siswa tidak mau bersosialisasi dengan teman sekelasnya. Ketika siswa mengalami masalah dan tidak bisa mengambil keputusan untuk permasalahan tersebut siswa mengatakan merasa dirinya tidak berguna. Siswa mengatakan bahwa meski ia sekarang sekolah namun ia tidak tau apa sebenarnya yang menjadi tujuan hidupnya. Siswa juga mengatakan bahwa ia tidak bisa mengembangkan potensi yang ada didalam dirinya, sehingga malas pergi ke sekolah.

Siswa juga mengatakan bahwa setiap kesulitan yang dihadapinya membuatnya merasa menjadi orang yang tidak beruntung sehingga cenderung mengeluh dan sering menyalahkan dirinya sendiri. Siswa yang mengalami kegagalan membuat siswa merasa hidupnya paling menderita dibandingkan

orang lain, siswa juga mengatakan bahwa ketika siswa mengalami sesuatu yang tidak sesuai dengan keinginan siswa akan menghakimi dirinya sendiri dan tidak bisa memaafkan dirinya sendiri, siswa akan terus-terusan menyalahkan dirinya tanpa memikirkan bahwa dirinya juga butuh dikasihani.

Siswa mengatakan bahwa ia sangat sulit untuk memaafkan teman-teman yang telah menyakitinya, kesalahan yang dilakukan temannya membuat siswa sangat sedih dan marah, siswa mengatakan bahwa teman-temannya yang sering menyakitinya tidak pernah menyadari kesalahannya, dimana hal tersebut membuat siswa merasa sangat membenci temannya, siswa juga cenderung menghindari berkomunikasi dengan temannya, siswa lebih memilih ke kantin sendiri dan mengerjakan semua hal sendiri selama berada disekolah.

Penelitian mengenai *forgiveness* dan *psychological well being* pernah dilakukan oleh Safitri (2021) yang berjudul “hubungan antara *forgiveness* dan *psychological well being* pada siswa di SMA X Malang” hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan terdapat hubungan antara *forgiveness* dan *psychological well being* pada siswa di SMA X Malang. Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Litisya (2021) yang berjudul “hubungan Antara *forgiveness* dan *psychological well being* pada *freshgraduate* dimasa pandemi hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan terdapat hubungan yang positif antara *forgiveness* dan *psychological well being* pada *freshgraduate* dimasa pandemi. Penelitian lainnya dilakukan oleh Kurnia dkk (2023) yang berjudul “hubungan antara *forgiveness* dan *psychological well being* pada Dewasa Awal Pasca Putus Cinta”. hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan terdapat hubungan yang kuat dan

berarah positif antara *forgiveness* dan *psychological well being* pada Dewasa Awal Pasca Putus Cinta. Penelitian ini merupakan penelitian replikasi dari penelitian-penelitian yang terdahulu karena adanya tingkat kesamaan pada salah satu variabelnya. Adapun perbedaannya adalah terletak pada subjek dan tahun dilakukannya penelitian.

Berdasarkan fenomena yang telah diuraikan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara *forgiveness* dengan *psychological well being* pada siswa di SMKS Nusantara Rokan Hilir”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah ditemukan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara *forgiveness* dengan *psychological well being* pada siswa di SMKS Nusantara Rokan Hilir?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan gambaran empirik mengenai hubungan antara *forgiveness* dengan *psychological well being* pada siswa di SMKS Nusantara Rokan Hilir.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memperkaya temuan-temuan dalam bidang Psikologi dan dapat dijadikan masukan dalam pengembangan ilmu Psikologi, khususnya Psikologi Pendidikan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi lebih kepada siswa tentang bagaimana cara meningkatkan *forgiveness* sehingga akan meningkatkan *psychological well being* pada siswa.

b. Bagi Pihak Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan masukan terhadap guru agar lebih mampu untuk menyikapi permasalahan dari *psychological well being* dengan memperbaiki sikap *forgiveness* pada siswa.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti lainnya yang berminat untuk mengangkat tema yang sama, diharapkan dapat mempertimbangkan variabel-variabel lain yang lebih mempengaruhi dan dapat menggunakan teori-teori yang lebih terbaru dan berbeda, sehingga dapat memberikan sumbangan bagi perkembangan ilmu pengetahuan.