

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kehidupan anak-anak dan masa kehidupan orang dewasa yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan biologis dan psikologis. Pada dasarnya dalam menjalani kehidupan setiap manusia tidak akan terlepas dari permasalahan. 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)

Hurlock (dalam Pitaloka, 2021) juga 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. Terdapat 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 mereka ingin mengatasi masalahnya sendiri, menolak bantuan orangtua dan guru.

Menurut Hurlock (dalam Pitaloka, 2021), siswa pada usia remaja juga melewati masa badai dan tekanan (*storm and stress*), yaitu suatu masa dimana ketegangan emosi yang meninggi. Terdapat 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 dalam pendidikan yang diberikan oleh sekolah.

Pendidikan adalah usaha sadar yang terencana dalam 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 dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara (Pasal 1 ayat 1 UU Sisdiknas nomor 20 tahun 2003). Pendidikan memiliki peran yang sangat strategis dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia dalam mewujudkan cita-cita bangsa, kesejahteraan umum dan mencerdaskan kehidupan bangsa. Berdasarkan UU No. 20 tahun 2003 Pasal 13 ayat 1 terdapat tiga jalur pendidikan yaitu pendidikan informal, formal dan non formal (Darmadi, 2020).

Pendidikan memiliki pengaruh yang besar dalam membentuk karakter, moral, dan etika seorang individu, sehingga karakter seseorang bergantung pada pendidikan yang diterimanya (Heri & Ruswandi, 2022). Menurut Poerwanto &

Prihastiwi, 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 (dalam Dwiastuti, 2021).

Rainham (dalam Desmita, 2020) memberikan gambaran bahwa masa sekolah menengah memiliki pengalaman berharga bagi siswa, tetapi di sisi lain mereka dihadapkan pada banyak tuntutan dan perubahan cepat yang membuat mereka mengalami masa-masa yang penuh masalah. 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. Menurut Poerwanto & Prihastiwi (dalam Dwiastuti, 2021) 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,2020). Resiliensi akademik dibutuhkan untuk bertahan di dalam padatnya aktivitas sekolah (Ramadhana,2021). Keberadaan resiliensi akademik akan mengubah permasalahan menjadi sebuah tantangan, kegagalan menjadi kesuksesan, ketidak berdayaan menjadi kekuatan (Wahidah, 2021).

Dengan adanya beberapa beban akademik yang diberikan kepada siswa maka tak jarang timbul kekhawatiran pada diri siswa apakah siswa mampu bertahan pada situasi dan kondisi tersebut atau tidak. Kenyataannya ada siswa yang mampu keluar dari kondisi yang kurang menyenangkan tersebut namun terdapat juga siswa yang belum mampu keluar dari permasalahan tersebut. Siswa membutuhkan unsur ketahanan dalam dirinya agar tidak mengalami penurunan performa akademik yang bersumber dari tekanan akademik tersebut.

Resiliensi itu sendiri diartikan sebagai kemampuan seseorang/sekelompok orang yang memungkinkan untuk menghadapi, mencegah, meminimalkan bahkan menghilangkan dampak yang merugikan bagi dirinya menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi (Harahap et al., 2020). Menurut Cassidy (Pratiwi & Kumalasari, 2021) memandang resiliensi akademik sebagai respon individu dalam aspek kognitif, afektif dan perilaku terhadap kesulitan akademik. Respon kognitif tergambar dalam dimensi refleksi diri dan mencari bantuan adaptif. Respon afektif tergambar dalam dimensi afek negatif dan respon emosional. Respon perilaku tergambar dalam dimensi ketekunan. Ketika individu menghadapi situasi sulit, tiga respon ini akan muncul untuk menentukan mahasiswa tersebut resilien atau tidak. Defenisi lain Resiliensi akademik dimaknai sebagai suatu kemampuan individu untuk dapat

meningkatkan keberhasilan dalam hal pendidikan meskipun sedang mengalami kesulitan dalam bidang akademiknya (Bustam et al., 2021). Resiliensi akademik merupakan kecakapan yang dimiliki individu untuk beradaptasi dalam keadaan sulit yang diterapkan dalam proses belajar (Saufi et al., 2022).

Agar dapat sukses di bidang akademik, terdapat faktor-faktor yang turut berperan. Diantara faktor tersebut adalah kemampuan siswa menggunakan *coping strategy* atau strategi untuk mengatasi persoalan saat berhadapan dengan situasi yang penuh tekanan. *Coping strategy* akan membekali siswa dengan keterampilan untuk mengelola persoalan yang dihadapi, sehingga dengan dimilikinya keterampilan tersebut ia akan bersikap tangguh (Rahmawati, 2021).

Menurut Everall, dkk (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. Berbagai tuntutan dan masalah mengharuskan adanya strategi penyelesaian masalah. Setiap individu mempunyai strategi penyelesaian yang berbeda-beda. Perbedaan tersebut dilihat dari strategi pemecahan masalah yang dipilih. Di dalam psikologi, strategi penyelesaian masalah tersebut disebut dengan *coping*.

Strategi *coping* yang tepat untuk menghadapi masalah yang dihadapi oleh siswa adalah *problem focused coping*. Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Nasution, 2023) mendefinisikan *coping* sebagai usaha kognitif maupun perilaku yang dilakukan terus menerus untuk mengatur tekanan dari dalam maupun luar diri yang

dinilai mengancam. Lazarus dan Folkman juga 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 (dalam Lestari, 2022).

Hasil wawancara dengan Guru Bimbingan Konseling SMA Negeri 4 Payakumbuh 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 menyepelekan 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 siswa SMA Negeri 4 Payakumbuh. 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.

Beberapa 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 ada beberapa siswa lainnya kurang mampu bertahan dalam menunjukkan resiliensi akademik yang baik seperti 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” dengan kesimpulan bahwa semakin tinggi *problem focused coping* maka semakin tinggi resiliensi akademik, begitu pula sebaliknya. Penelitian selanjutnya, pada tahun (2022), Ainurrohmah, Adnani Budi Utami, dan Hetti Sari Ramadhani telah melakukan penelitian tentang resiliensi akademik dengan judul "Tingkat Resiliensi Akademik ditinjau dari Strategi *Coping* yang Digunakan Mahasiswa.” Dengan kesimpulan mahasiswa dalam menghadapi banyaknya hambatan, membutuhkan respons yang tepat terhadap tekanan yang dirasakan (*coping*) untuk memiliki tingkat resiliensi yang baik. Selanjutnya Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh, Wiranto (2022) dengan judul “Hubungan antara *problem focused coping* dan resiliensi akademik pada siswa SMK Plus NU Sidoarjo” dengan kesimpulan yang di peroleh menyatakan bahwa hipotesis yang di ajukan terdapat adanya hubungan positif antara *problem focused coping* dengan resiliensi akademik pada siswa SMK Plus NU Sidoarjo.

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 kelas X dan XI SMA Negeri 4 Payakumbuh.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka rumusan masalah dalam proposal ini adalah apakah terdapat Hubungan *Problem focused coping* dan Resiliensi Akademik pada siswa kelas X dan XI SMA Negeri 4 Payakumbuh”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari proposal ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat Hubungan *Problem focused coping* dan Resiliensi Akademik pada siswa kelas X dan XI SMA Negeri 4 Payakumbuh.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, proposal ini diharapkan dapat bermanfaat dalam memberikan penjelasan dan memperluas pengetahuan di bidang psikologi terkait Hubungan *Problem focused coping* dan Resiliensi Akademik pada siswa.

2. Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi :

a. Siswa

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

b. Sekolah

Diharapkan nanti dari hasil penelitian ini dapat memberikan masukan dalam memahami bagaimana Hubungan *Problem focused coping* dan Resiliensi Akademik pada siswa di SMA Negeri 4 Payakumbuh

c. Peneliti

Dapat berguna sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya
dan sebagai acuan untuk pembelajaran selanjtn