

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Permasalahan dan kesulitan dalam hidup adalah hal yang tidak dapat dihindari. Setiap individu memiliki reaksi yang berbeda-beda terhadap permasalahan dan kesulitan dalam hidup. Hal ini disebabkan oleh cara pandang yang berbeda-beda dari individu terhadap permasalahan yang terjadi, tidak terkecuali dapat terjadi dimasa remaja.

(Hurlock, 2006) secara psikologis, masa remaja adalah periode transisi perkembangan masa kanak-kanak menuju masa dewasa, yang menyebabkan terjadinya perubahan-perubahan dalam aspek biologis, kognitif, dan sosio-emosional. Transformasi intelektual yang khas dari cara berfikir remaja ini memungkinkan untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini. Lazimnya masa remaja dianggap mulai pada saat anak secara seksual menjadi matang dan berakhir saat dia mencapai usia matang secara hukum. Namun perubahan tentang perilaku, sikap dan nilai-nilai sepanjang masa remaja tidak hanya menunjukkan bahwa setiap perubahan terjadi lebih cepat pada awal masa remaja dari pada tahap akhir masa remaja, tetapi juga menunjukkan bahwa perilaku, sikap dan nilai-nilai pada masa awal remaja berbeda dengan masa akhir remaja. Dengan demikian secara umum masa remaja dibagi menjadi dua bagian yaitu remaja awal dan remaja akhir.

Siswa dalam menempuh studi tidak menutup kemungkinan mengalami permasalahan dan berisiko mengalami kegagalan, salah satu yang dapat menyebabkan kondisi tersebut adalah stres akademik yang dialami siswa. Terjadinya permasalahan stres akademik pada siswa dikarenakan rendahnya kemampuan adaptasi positif terhadap tekanan atau resiliensi akademik yang berperan sebagai imunitas siswa terhadap stress. Saat seorang individu menghadapi kesulitan-kesulitan dalam hidupnya, individu yang memiliki resiliensi akademik dapat mengatasinya dengan baik. Oleh karena para siswa harus dapat memiliki resiliensi akademik guna menghadapi keadaan yang sulit dalam bidang pendidikan.

Corsini (dalam Sholichah et al., 2018) mengatakan bahwa resiliensi akademik merupakan ketangguhan seseorang dalam menghadapi berbagai tugas akademik dalam lingkungan pendidikan. Resiliensi akademik menciptakan dan mempertahankan sikap positif dari individu. Resiliensi akademik memberi rasa percaya diri untuk mengambil tanggung jawab baru untuk pekerjaan, tidak malu untuk mendekati seseorang yang ingin dikenal, mencari pengalaman yang akan memberi tantangan untuk mempelajari tentang diri sendiri dan berhubungan lebih dalam dengan orang lain.

Herman (dalam Aulia, 2019) mengemukakan bahwa terdapat tiga sumber yang dapat membangun resiliensi akademik pada diri individu, yaitu personal factors (sifat kepribadian, spiritualitas, fungsi intelektual, regulasi emosi, self-efficacy, dan optimisme), biological factors (perkembangan struktur otak, fungsi dan sistem dari neurotransmitter yang ada), dan environmental-systemic factors (dukungan sosial,

stabilitas keluarga, budaya, dan pelayanan yang diperoleh dari organisasi atau instansi di luar keluarga).

Block (dalam Aulia, 2019) mendefinisikan resiliensi sebagai *ego resilience* yaitu kemampuan seseorang untuk dapat menyesuaikan diri terhadap tekanan secara internal maupun eksternal. Resiliensi juga dapat diartikan sebagai kemampuan yang dimiliki individu dalam menghadapi, mengatur serta menjadi yang kuat ketika dihadapkan pada sebuah tantangan hidup yang menyulitkan. Resiliensi membuat orang menjadi mampu belajar untuk menghadapi setiap hambatan atau peristiwa hidup yang menyulitkan. Resiliensi membuat orang menjadi mampu belajar untuk menghadapi setiap hambatan atau peristiwa hidup yang menyenangkan.

Oleh karena itu, resiliensi akademik menjadi faktor penting bagi remaja karena pada masa remaja tidak hanya terjadi perubahan fisik, psikis, dan sosial, namun perubahan tersebut menuntun atau menekan remaja untuk menjadi dewasa seperti yang diharapkan lingkungan. Proses menuju kemampuan resiliensi akademik yang optimal dipengaruhi beberapa faktor. Salah satu diantaranya adalah faktor individu yang berupa *Self Esteem*. *Self Esteem* dipilih sebagai faktor yang berhubungan dengan resiliensi akademik remaja.

Self-esteem merupakan evaluasi seseorang dalam menilai dirinya sendiri, yakni seberapa puas seseorang dengan dirinya sendiri (Johnson dalam Febrina et al., 2018). *Self Esteem* merupakan salah satu aspek yang menentukan keberhasilan seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. *Self esteem* sebagai suatu sikap

optimis terhadap kemampuan diri sendiri dalam melakukan interaksi dengan masyarakat (Gunarsah, Lete et al., 2019).

Pada masa remaja sangat menentukan terjadinya perkembangan *self esteem*. Pada masa ini juga seseorang akan mengenali dan mengembangkan seluruh aspek dalam dirinya, sehingga menentukan apakah ia memiliki *self esteem* yang positif atau negatif. Perkembangan *self esteem* pada seorang remaja akan menentukan keberhasilan maupun kegagalannya dimasa mendatang.

Siswa yang memiliki *self esteem* yang tinggi akan membantu dan berguna untuk membentuk sikap yang optimis, rasa percaya diri dan mampu melakukan hubungan sosial yang luas dalam masyarakat. (Sriati dalam Lete et al., 2019). Dampak *self esteem* rendah menyebabkan remaja merasa tidak aman dan tidak bebas bertindak, cenderung tidak konsisten dalam mengambil keputusan, memiliki perasaan tidak percaya diri dan menurunkan kemauan melakukan resiliensi dengan masyarakat (Skinner dalam Lete et al., 2019).

Menurut WHO, didapatkan sekitar 39% remaja mengalami *self esteem* rendah dari seluruh remaja di dunia, sedangkan di Indonesia prevalensi remaja yang mengalami *self esteem* rendah sebanyak 35% dari seluruh remaja di Indonesia. Penyebab *self esteem* rendah seperti obesitas, permasalahan pribadi, kecatatan fisik dan tidak ada keluarga. Siswa cenderung mengalami permasalahan pribadi, hal ini bisa menyebabkan *self esteem* siswa menurun (Maria dalam Lete et al., 2019).

Adapun hasil wawancara yang dilakukan pada guru wali kelas XI, didapatkan data bahwa memang masih banyak siswa-siswa di SMA Negeri 5 Bukittinggi,

Sumatera Barat yang memiliki *self esteem* dan resiliensi akademik yang rendah. Adapun perilaku yang muncul pada siswa saat berada disekolah yaitu apabila siswa diberi tugas banyak yang mengeluh dan tidak mau mengerjakan tugas tersebut. Keadaan seperti ini dapat mengganggu proses dan hasil belajar siswa. Lalu adanya siswa yang mengalami kecemasan sosial dimana ia merasa kesulitan untuk berinteraksi dengan teman-temannya dikelas, merasa tidak mampu jika diberikan tugas oleh guru, merasa tidak percaya diri saat tampil didepan kelas, tidak mampu mengekspresikan diri kepada orang lain dan cenderung menyendiri, serta tidak mampu mengambil keputusan dengan cepat dan selalu ragu-ragu dengan keputusan yang diambilnya.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada beberapa siswa di SMA Negeri 5 Bukittinggi, Sumatera Barat ditemukan data bahwa banyak siswa merasa pesimis karena tidak puas dengan dirinya ataupun pencapaian nilainya disekolah, selalu merasa bahwa ia tidak akan bisa mendapatkan nilai yang memuaskan karena tidak yakin dengan kemampuan yang dimiliki, tidak bisa menerima kritik dari orang lain, lebih emosional saat mengalami kegagalan yang tidak diinginkan. Hal ini diperkuat dengan hasil wawancara yang dilakukan dengan guru Bimbingan Konseling di SMA Negeri 5 Bukittinggi, Sumatera Barat yang mengatakan bahwa siswa yang sedang mengalami permasalahan akan datang ke ruang bimbingan konseling untuk berkonsultasi dengan guru bimbingan konseling tentang masalah yang dialaminya. Guru bimbingan konseling akan memberikan solusi untuk permasalahan siswa tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan guru Bimbingan Konseling di SMA Negeri 5 Bukittinggi, Sumatera Barat di dapatkan informasi bahwa salah satu permasalahan siswa adalah banyak siswa yang tidak dapat menyelesaikan masalah yang dialami dengan baik dan cenderung untuk mengabaikan masalah tersebut, sehingga siswa tersebut lebih sering mengalami emosi negatif, pemikiran siswa cenderung tidak konstruktif (kaku dan tidak fleksibel) serta cenderung ragu-ragu dan lebih lambat untuk merespon saat mengambil keputusan. Beberapa siswa di SMA Negeri 5 Bukittinggi, Sumatera Barat yang memiliki relasi kurang menyebabkan rendahnya sosialisasi dengan masyarakat sehingga menumbuhkan perasaan takut dan menarik diri masyarakat. Berdasarkan hal tersebut diketahui bahwa siswa di SMA Negeri 5 Bukittinggi, Sumatera Barat masih memiliki harga diri dan resiliensi rendah dengan masyarakat.

Penelitian tentang *self esteem* dan resiliensi pernah dilakukan oleh Widya Sari pada tahun 2017 yang melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Self Esteem* dan Resiliensi Pada Remaja Yang Tinggal di Panti Asuhan Pekanbaru”. Ira Nawa Pada tahun 2019 yang melakukan penelitian dengan judul “ Hubungan *Self Esteem* dengan Resiliensi pada Single Mother”. Adapun perbedaan penelitian yang akan peneliti lakukan dengan peneliti sebelumnya adalah dalam hal sampel penelitian, tempat penelitian, serta tahun dilakukannya penelitian.

Berdasarkan fenomena yang dikemukakan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara *Self Esteem* dan Resiliensi Akademik Pada Siswa SMA Negeri 5 Di Kota Bukittinggi Sumatera Barat”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah terdapat Hubungan antara *Self Esteem* dan Resiliensi Akademik Pada Siswa SMA Negeri 5 Di Kota Bukittinggi, Sumatera Barat ?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat apakah ada Hubungan antara *Self Esteem* dan Resiliensi Akademik Pada Siswa SMA Negeri 5 Di Kota Bukittinggi, Sumatera Barat.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, khususnya dibidang psikologi pendidikan, yang berkaitan dengan *self esteem* dan resiliensi akademik. Selain itu penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai referensi tambahan dan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Secara praktis penelitian ini dapat bermanfaat sebagai acuan informasi kepada siswa untuk meningkatkan *self esteem* dan resiliensi akademik.

b. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang tingkat self esteem dan resiliensi akademik siswa sehingga instansi terkait dapat mengambil kebijakan-kebijakan yang dapat meminimalisir *self esteem* dan resiliensi akademik siswa yang rendah.

c. Bagi Peneliti Lainnya

Bagi penelitian 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.