

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Ketidaksiapan yang dihadapi siswa dalam melihat situasi kehidupan yang mulai banyak sekali tantangan dan tekanan bahkan ekspektasi yang tidak sesuai kenyataan, merupakan akibat dari kelemahan karakter. Karakter yang lemah pada diri siswa akan memunculkan sikap pesimis, cemas, sulit mengontrol emosi, tidak percaya diri, *overthinking* dan sebagainya, sehingga memicu timbulnya stres. Pada dasarnya, stres merupakan fenomena psikofisik yang bersifat manusiawi dalam arti bersifat inheren dalam diri setiap orang ketika menjalani kehidupannya sehari-hari (Syamsu, 2018). Namun, penyebab atau pemicu terjadinya stres tergantung dari cara pandang dan pola pikir masing-masing individu. Sehingga, stres yang muncul ini akan mempengaruhi kesehatan mental remaja.

Sekolah memiliki peran yang sangat penting dalam menjaga kesehatan mental siswanya apalagi isu kesehatan mental ini mempengaruhi kualitas hidup remaja dan menjadi masalah perkembangan jangka pendek dan jangka panjang (Layard & Dunn, 2009). Salah satu upaya yang bisa dilakukan oleh sekolah ialah melalui pembinaan karakter tangguh (*hardiness*) yang mencakup sikap dan tindakan individu dalam menghadapi segala bentuk tantangan atau ketidakpastian dalam hidup. Sehingga siswa mendapatkan pembinaan untuk menjadi individu yang tangguh dan cenderung fokus mencari solusi daripada terjebak dalam masalah, sudah seharusnya sekolah menciptakan lingkungan yang suportif dan membangun lingkungan sekolah yang mendukung, inklusif, dan ramah terhadap kesehatan mental agar dapat membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan psikososial, manajemen stres, dan resiliensi.

Hardiness menjadi bentuk pertahanan terhadap segala dinamika hidup yang kompleks terhadap kecemasan dari banyaknya persoalan. Karakter tangguh ini memiliki fungsi sebagai suatu karakteristik pada diri manusia yang digunakan sebagai sumber daya tahan dalam menghadapi berbagai situasi yang penuh dengan tekanan atau permasalahan Kobasa (1979, dalam Mund, 2016). Tak jarang banyak siswa yang tidak mampu melewati setiap hambatan yang datang, karena masa remaja merupakan masa pembelajaran dan perkembangan otak yang pesat.

Pada tahap ini, individu mengalami perubahan fisik, emosional, dan sosial yang signifikan. Menurut WHO dan UNICEF, remaja merupakan usia anak yang mengalami masa transisi menuju dewasa yaitu usianya sekitar 10-19 tahun. Usia remaja seperti ini penuh dengan kerawanan karena memunculkan pemberontakan dengan mencoba hal-hal baru. Salah satu percobaan yang sering terjadi akibat remaja mengalami stres berkepanjangan karena memiliki karakter yang lemah melakukan percobaan bunuh diri. Fenomena bunuh diri atau *suicide* di kalangan remaja saat ini sedang marak terjadi apalagi di era globalisasi yang terus berkembang pastinya perubahan zaman memberikan pengaruh besar terhadap psikis remaja, hal itu pula didukung dengan kemudahan mengakses internet sehingga penggunaan media sosial secara intens mengalami peningkatan yang membuat terlalu banyaknya informasi yang datang tanpa memfilternya. Apalagi remaja saat ini memiliki kemajuan dibandingkan generasi sebelumnya dalam hal kemajuan medis dan teknologi, generasi ini juga akan menghadapi tantangan kesehatan, sosial, ekonomi dan budaya yang belum pernah terjadi sebelumnya. Hal tersebut tentu akan merubah cara pandang remaja terhadap lingkungan *society* yang mereka jalani.

Bahkan saat ini penyebab kematian yang terjadi pada remaja dan masuk kedalam 3 penyebab kematian terbesar di dunia bunuh diri. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) tahun 2022 mengungkapkan bahwa terdapat 1,4 persen remaja yang mengakui memiliki ide bunuh diri, dan 0,2 persen telah melakukan percobaan bunuh diri. Tingkat kerawanan bunuh dirinya pun cukup bervariasi meliputi ancaman bunuh diri, percobaan bunuh diri, dan tindakan bunuh diri. Berdasarkan data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menyatakan bahwa selama tahun 2023 terdapat 17 kasus anak yang mengakhiri hidupnya. Jumlah tersebut pastinya belum menunjukkan jumlah kasus yang sebenarnya terjadi karena kesadaran untuk melaporkan kasus bunuh diri pada anak ataupun remaja belum terbentuk cukup baik.

Bahkan tak jarang malah banyak pihak yang menutupi kasus seperti ini, apalagi jika kejadian bunuh diri terjadi di lingkungan sekolah ataupun di rumah. Biasanya pihak terkait akan merasa malu dan merasa lebih baik ditutupi karena takut merusak reputasi. Sehingga hal tersebut menimbulkan kesulitan untuk diselidiki secara tuntas. Berdasarkan data dari pihak Kepolisian Republik Indonesia (Polri) menyatakan bahwa saat ini sepanjang periode Januari hingga Juli 2023 kasus bunuh diri yang ditemukan yaitu 663 kasus, angka tersebut menggambarkan kenaikan 36,4 persen dari periode sebelumnya yang hanya 486 kasus.

Kasus yang baru-baru ini terjadi pada 22 November 2023 yaitu adanya seorang siswa SD berusia 10 tahun di Kabupaten Pekalongan Jawa Tengah yang tewas tergantung di kamar rumahnya, mirisnya faktor yang melatar belakangi anak tersebut sehingga nekat melakukan hal itu diduga karena kecewa terhadap orang tuanya yang memberhentikan korban yang tengah bermain handphone. Sungguh banyak pihak yang tidak menyangka atas kejadian ini apalagi korban merupakan anak yang ceria, dan di sekolah ataupun di rumah tidak ada persoalan apa-apa. Selain kasus tersebut, ada pula kasus di bulan yang sama yaitu pada 28 November 2023 telah terjadi percobaan bunuh diri dari siswa SMA Negeri 3 Kota Bandung dengan meloncat dari lantai 3 sekolah pada pukul 10.00 WIB ketika jam istirahat berlangsung, dan korban mengalami patah di bagian leher, tangan, kaki, sampai cedera pelipis, dan segera lah di baawa ke RS Hasan Sadikin.

Dua kasus nyata tersebut merupakan bukti bahwa anak dan remaja saat ini mampu melakukan upaya bunuh diri kapan dan dimana saja. Fenomena bunuh diri yang terjadi merupakan dampak akhir yang fatal dari akar masalah yang terjadi yaitu berawal dari kurangnya perhatian terhadap kesehatan mental pada individu, khususnya remaja yang sedang mengalami banyak perubahan signifikan dalam hidup. Sehingga penting untuk sekolah melakukan pembinaan karakter tangguh, agar terciptanya ketangguhan dalam diri siswa melalui pendidikan karakter. Pendidikan karakter ini pada dasarnya ialah kepentingan seluruh pihak karena merupakan salah satu upaya untuk mencetak generasi penerus bangsa, sehingga bukan hanya dilakukan secara parsial saja namun sudah seharusnya dilakukan

secara integral yang melibatkan banyak pihak. Pendidikan karakter merupakan pendidikan budi pekerti plus, yaitu yang melibatkan aspek pengetahuan (*cognitive*), perasaan (*feeling*), dan tindakan (*action*). (Lickona, 2013).

Bahkan, salah satu tujuan pendidikan nasional adalah pembentukan karakter. Tujuan pendidikan nasional, menurut Pasal 1 UU SISDIKNAS tahun 2003 untuk mengembangkan potensi peserta didik dengan kecerdasan, kepribadian, dan akhlak mulia. Menurut UU SISDIKNAS tahun 2003, tujuan pendidikan tidak hanya membuat orang Indonesia cerdas, tetapi juga membuat mereka berkepribadian atau berkarakter. Saat ini pendidikan karakter yang diterapkan di sekolah sudah diimplementasikan kedalam kurikulum melalui kurikulum merdeka.

Berdasarkan Peraturan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi Pasal 1 Ayat 2 Nomor 12 Tahun 2024 tentang kurikulum pada pendidikan anak usia dini, jenjang pendidikan dasar, dan jenjang pendidikan menengah menyatakan bahwa kurikulum merdeka kurikulum yang memberi fleksibilitas dan berfokus pada materi esensial untuk mengembangkan kompetensi peserta didik sebagai pelajar sepanjang hayat yang berkarakter Pancasila. Karakter peserta didik merupakan fondasi yang sangat penting dalam pembelajaran yang dilakukan di sekolah. Walaupun semua mata pelajaran membantu siswa mendapatkan pendidikan karakter, namun yang memiliki peran dominan dan peran khusus dalam implementasi pendidikan karakter ialah melalui Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan, dan Pendidikan Agama (Nuhamara, 2018). Dalam Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan, makna nilai-nilai Pancasila telah menunjukkan akomodasi semua nilai dalam pendidikan karakter. Menurut Hamid & Saebani (2013) jika dilihat secara akademik, pendidikan karakter dimaknai sebagai pendidikan nilai, pendidikan moral, pendidikan watak, yang memiliki tujuan agar mampu mengembangkan kemampuan siswa dalam mengambil keputusan.

Dengan demikian, tentu sangat penting untuk mengembangkan karakter khususnya pada remaja, apalagi ketika memasuki SLTP atau SLTA terkhusus pada tingkat SMA/SMK/MA terutama karakter tangguh karena siswa pasti akan dihadapkan oleh beberapa keputusan terbesar dalam hidupnya. Pentingnya

penerapan karakter tangguh di sekolah tidak hanya terbatas dalam aspek pembentukan karakter saja, melainkan relevan juga dengan tantangan global, seperti perubahan sosial, ekonomi, dan teknologi. Sehingga penting untuk mengevaluasi efektivitas penerapan karakter tangguh sebagai instrumen preventif dalam menjaga kesehatan mental pada siswa karena kualitas iklim sosioemosional di lingkungan sekolah sangat mempengaruhi perkembangan kesehatan mentalnya. Perlu disadari bahwa kesehatan mental juga merupakan hak mendasar pada diri manusia, bahkan merupakan bagian dari hak asasi yang dimiliki oleh setiap individu, sehingga tentunya semua orang berhak mendapatkan kesejahteraan secara mental. Sayangnya, isu mengenai kesehatan mental masih belum menjadi fokus utama pemerintah dari mulai pendataan, kebijakan, dan layanan kesehatan di Indonesia terutama yang berkaitan dengan anak dan remaja.

Urgensi dari pembinaan karakter tangguh ini bisa dijadikan sebagai upaya preventif dalam menyikapi dan memahami siswa yang mengalami problematika hidup yang menjadi tanggung jawab dan kewajiban seluruh pihak untuk ikut berkontribusi dalam tindakan preventif untuk memberikan kesehatan mental bagi remaja karena mereka lah sebagai generasi penerus bangsa. Kesehatan mental dalam fakta sosial tentunya sangat berkaitan dengan nilai, norma, dan agama yang dianut sehingga sudah sepatutnya kita mengetahui bagaimana cara kita menghadapi tantangan dan tekanan yang datang pada remaja. Karakter tangguh ini sangat penting dimiliki agar kesehatan mental dari setiap siswa dapat terjaga sehingga membantu untuk mengurangi tingkat frustrasi dan *burnout* atau kehilangan kontrol diri akibat banyaknya tekanan terhadap diri.

Melalui pemahaman yang lebih mendalam tentang implementasinya di lingkungan sekolah, kita dapat mengidentifikasi kontribusi terhadap pembentukan mental siswa dalam menghadapi tantangan. Dalam konteks kesehatan mental, karakter tangguh ini memiliki upaya dalam menyelesaikan konflik dari situasi stres yang sedang dialami sehingga memiliki kemampuan untuk mengatasi hal tersebut. Sehingga para guru sudah seharusnya memahami hal tersebut apalagi di sekolah menengah karena pada umumnya siswa sedang berada di usia remaja yang merupakan masa transisi antara sikap ketergantungan (*dependent*) menuju

masa kebebasan (*independent*) pada usia dewasa. Pada masa transisi ini banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam mengembangkan mentalnya yang sehat karena terhambat oleh masalah-masalah yang dialaminya, seperti masalah penyesuaian sosial, konflik dengan orang tua atau teman, masalah pribadi, serta masalah akademis yang semuanya itu dapat menjadi sumber stres (Yusuf, 2018).

Dari hal diatas yang telah penulis paparkan memunculkan ketertarikan penulis untuk melakukan penelitian mengenai bagaimana strategi pembinaan karakter tangguh (*hardiness*) dalam penguatan *mental health* siswa studi kasus di SMAN 8 Kota Bandung. Studi kasus di sekolah tersebut dilatar belakangi karena SMAN 8 Kota Bandung merupakan salah satu sekolah favorit di Kota Bandung. Dalam laman Lembaga Tes Masuk Perguruan Tinggi (LTMP) menyatakan bahwa sekolah tersebut termasuk sekolah dengan rata-rata nilai UTBK tertinggi. Bahkan sekolah ini pula termasuk sebagai SMA terbaik di Kota Bandung.

Penerapan nilai-nilai karakter tangguh di sekolah menjadi suatu hal yang esensial untuk mengkaji sejauh mana pendidikan karakter tangguh tersebut diintegrasikan ke dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan sekolah. Penelitian ini juga dapat memberikan pandangan yang lebih tajam terkait peran guru, kurikulum, dan lingkungan sekolah dalam mewujudkan kesejahteraan mental siswa secara nyata. Dengan demikian, diharapkan penelitian ini akan memberikan dampak dan masukan yang berharga bagi berbagai pihak untuk pengembangan kebijakan pendidikan dan praktik pengajaran yang lebih baik, serta mendukung pembentukan generasi muda yang berkualitas dan memiliki tanggung jawab terhadap diri sendiri.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, dalam konteks kehidupan sekolah, kesehatan mental siswa menjadi aspek yang sangat penting untuk di perhatikan oleh seluruh pihak. Penelitian ini bertujuan untuk menggali lebih dalam mengenai strategi pembinaasn karakter tangguh dalam upaya meningkatkan kesehatan mental siswa di SMAN 8 Kota Bandung. Peneliti telah merumuskan beberapa hal yang menjadi inti permasalahan dalam bentuk pertanyaan supaya penelitian ini dapat terarah, diantaranya:

1. Bagaimana program sekolah untuk pembinaan karakter tangguh (*hardiness*) siswa SMAN 8 Kota Bandung?
2. Bagaimana strategi pelaksanaan program sekolah untuk pembinaan karakter tangguh siswa SMAN 8 Kota Bandung?
3. Bagaimana peran program pembinaan karakter tangguh dalam *mental health* siswa SMAN 8 Kota Bandung?
4. Apa saja bentuk karakter tangguh yang dikembangkan dalam penguatan *mental health* siswa SMAN 8 Kota Bandung?
5. Apa saja kendala dan upaya pembinaan karakter tangguh dalam penguatan *mental health* di SMAN 8 Kota Bandung?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini dirancang untuk memberikan wawasan mendalam mengenai kondisi, peran dan dampak karakter tangguh siswa, serta memberikan panduan bagi pengembangan program dan kebijakan di SMAN 8 Kota Bandung.

a. Tujuan Umum

Secara umum, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi "Strategi Pembinaan Karakter Tangguh (*Hardiness*) Dalam Penguatan *Mental Health* Siswa: Studi Kasus SMAN 8 Kota Bandung"

b. Tujuan Khusus

1. Untuk mengidentifikasi dan menilai efektivitas program pembinaan karakter tangguh yang ada di sekolah.
2. Untuk mengetahui strategi yang dilakukan oleh pihak sekolah dalam pelaksanaan program.
3. Untuk mengetahui bagaimana karakter tangguh dapat berperan sebagai salah satu faktor protektif terhadap masalah kesehatan mental.
4. Untuk mengidentifikasi karakteristik atau dimensi spesifik dari karakter tangguh yang harus dimiliki setiap siswa.
5. Untuk mengetahui kendala yang dihadapi dalam implementasi program pembinaan karakter tangguh serta mengetahui bagaimana upaya yang dilakukan dalam memecahkan kendala yang terjadi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan diharapkan mampu untuk menambah pemahaman teoritis mengenai hubungan antara pembinaan karakter tangguh (*hardiness*) dan kesejahteraan mental siswa serta memberikan wawasan tentang factor yang berperan dalam melindungi kesejahteraan mental siswa, serta menyumbangkan pandangan baru dalam membentuk strategi pembinaan karakter tangguh yang mampu meningkatkan efektivitas program tersebut. Penelitian ini dapat membukakan jalan bagi pemahaman yang lebih baik mengenai hubungan antara pembinaan karakter tangguh dengan kesejahteraan mental siswa ketika menghadapi hambatan ataupun tekanan yang dapat memunculkan stres.

1.4.2 Manfaat Kebijakan

Seperti yang terdapat dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 3, bahwa tujuan dari pendidikan nasional mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Dari hal tersebut terlihat jelas bahwa tujuan pendidikan nasional ialah pembentukan karakter melalui kecerdasan, kepribadian, dan akhlak mulia dalam mengembangkan potensi peserta didik. Dalam penelitian ini juga dibahas mengenai pembinaan karakter yang dilakukan di sekolah dalam penguatan kesehatan mental siswanya, karena mental yang sehat akan menghasilkan karakter yang kuat dan tangguh. Apalagi saat ini isu perihal kesehatan mental sedang menjadi sorotan karena banyak sekali kasus siswa yang "give up" dalam menjalani kehidupannya. Secara kebijakan, maka penelitian ini dimaksudkan untuk membuat urgensi dari undang-undang mengenai tujuan pendidikan nasional dalam pembentukan karakter siswa dapat terealisasi dengan baik dan efektif.

1.4.3 Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat memberikan pandangan yang lebih jelas terkait strategi yang efektif dalam pembinaan karakter tangguh siswa, serta memberikan dasar untuk pengembangan rencana tindakan khusus yang dapat diimplementasikan oleh sekolah agar lingkungan pembelajaran mendukung aspek-aspek karakter tangguh siswa.

1. Bagi Peneliti

Peneliti mampu mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai konsep *hardiness* dan bagaimana pengaruh dari karakter tangguh terhadap kesehatan mental. Peneliti juga dapat mengasah kemampuan analisis dan pemecahan masalah melalui proses mengumpulkan, menganalisis, dan menginterpretasikan data penelitian.

2. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan keterampilan dan pengetahuan yang dapat berguna dalam perkembangan akademik dan profesional mahasiswa untuk menganalisis suatu fenomena yang kompleks terkait *mental health* dan pentingnya penanaman karakter tangguh pada setiap individu.

3. Bagi Masyarakat Umum

Penelitian ini diharapkan mampu untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terkait faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan mental siswa, serta membantu mereka memahami pentingnya mendukung lingkungan yang positif bukan hanya mendukung pertumbuhan siswa secara holistik. Masyarakat juga dapat menerapkan pembinaan karakter tangguh dalam konteks pendidikan formal maupun informal. Sehingga dapat meningkatkan kesehatan mental generasi muda.

4. Bagi Pemerintah

Diharapkan hasil penelitian ini mampu menjadi dasar pihak pemerintah dalam merumuskan kebijakan pendidikan dengan mempertimbangkan aspek pembinaan karakter tangguh untuk menjaga kesehatan mental siswa ke dalam kurikulum sehingga terciptanya pendidikan yang berkualitas.

5. Bagi Sekolah

Diharapkan hasil penelitian ini mampu membantu sekolah dalam menyusun program pembinaan karakter yang lebih tepat sasaran sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik siswanya sehingga membantu untuk menciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan mendukung dalam menjaga kesehatan mental

1.4.4 Manfaat Isu dan Aksi Sosial

Dengan adanya penelitian yang dilakukan ini, diharapkan dapat memberikan manfaat yang maksimal terkait kesadaran mengenai isu kesehatan mental pada remaja yang harus menjadi perhatian berbagai pihak agar membantu siswa dalam membentuk karakter tangguh (*hardiness*) ketika menghadapi tantangan, hambatan, dan ancaman dalam kehidupan sehari-hari.

1.5 Struktur Skripsi

1. Bab I

Bab satu berisikan gambaran secara umum dari penelitian yang akan dilakukan yang terdiri dari: 1) latar belakang penelitian, yaitu menggambarkan permasalahan dan urgensi dari penelitian yang dilakukan; 2) rumusan masalah, yaitu berisi pertanyaan-pertanyaan yang diajukan dalam penelitian; 3) tujuan penelitian, berisi tujuan dilakukannya penelitian berdasarkan rumusan permasalahan; 4) manfaat penelitian, mendeskripsikan manfaat dilakukannya penelitian bagi penulis, masyarakat umum dan stakeholder terkait; 5) struktur skripsi, yaitu berisi urutan penulisan dalam laporan penelitian berupa skripsi.

2. Bab II

Bab dua merupakan bentuk uraian dari beberapa teori yang mendukung penelitian, terdiri dari pendapat para ahli dan studi dari hasil penelitian sebelumnya. Kerangka teoretik dalam bab dua ini memiliki fungsi sebagai landasan untuk mengkaji dan menguji relevansi penelitian dengan teori-teori maupun penelitian terdahulu.

3. Bab III

Bab tiga berisi uraian tentang metode penelitian yang digunakan oleh peneliti. Metode penelitian dalam bab tiga berguna untuk memecahkan permasalahan

penelitian sehingga menghasilkan temuan penelitian yang benar. Metode penelitian meliputi pendekatan penelitian, metode yang digunakan, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, verifikasi data serta penarikan kesimpulan penelitian.

4. Bab IV

Bab empat berisi hasil temuan dan pembahasan penelitian. Dalam bab empat diuraikan analisis temuan data dalam penelitian berdasarkan teori-teori serta data-data yang relevan. Melalui hasil analisis temuan dan pembahasan, dapat diketahui gambaran mengenai hasil temuan dalam penelitian.

5. Bab V

Bab lima sebagai penutup laporan penelitian berisi kesimpulan penelitian, implikasi dan rekomendasi kepada pihak-pihak terkait. Dalam bab lima menggambarkan solusi terhadap permasalahan penelitian.