

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Harapan merupakan keseluruhan dari kapasitas yang dimiliki individu untuk menghasilkan jalur menuju tujuan, dan kapasitas individu untuk menemukan motivasi dalam mencapai jalur tersebut (Snyder, 2002). Harapan memiliki peran dalam memprediksi kinerja siswa SD, SMP, SMA dan mahasiswa. Dalam berbagai upaya penelitian, harapan muncul sebagai prediktor prestasi akademis yang penting, dan berbagai faktor psikologis lainnya seperti optimisme, self-efficacy dan engagement (Lopez, 2013).

Hasil observasi yang telah dilakukan oleh peneliti adalah adanya harapan yang rendah pada lingkungan remaja awal. Pernyataan siswa SMPN 1 Bandung mengenai: “Saya malas belajar dan tidak tertarik untuk datang pergi ke sekolah” dan “Saya tidak suka mengerjakan PR, capek rasanya sekolah terus” menunjukkan kecenderungan rendahnya harapan pada siswa. Pernyataan tersebut menggambarkan bahwa agency (dorongan untuk mencapai tujuan) dan pathway (rencana untuk mencapai tujuan) yang dimiliki oleh siswa tersebut masih rendah. Husnar, Saniah, & Nashori (2017) mengemukakan bahwa semakin tinggi harapan pada peserta didik, maka semakin rendah stres akademiknya. Sebaliknya, semakin rendah harapan pada peserta didik, maka semakin tinggi tingkat stres akademiknya. Siswa yang memiliki harapan yang rendah menyebabkan siswa tidak tertarik dengan dunia akademik atau pembelajaran di sekolah. Ia juga dapat terjerumus pada depresi dan tindakan melukai diri. Siswa remaja SMP yang memiliki harapan rendah juga cenderung untuk menyendiri dalam lingkungan sosialnya, menutup diri, dan pasif dalam lingkungan pembelajaran di sekolah. Selain itu, harapan yang rendah membuat siswa tidak memiliki minat untuk pergi ke sekolah dan menyelesaikan tugas akademiknya. Siswa yang memiliki harapan yang rendah memiliki self esteem yang rendah. Ia merasa tidak berharga, putus asa terhadap apa yang menjadi tujuannya. Diener & Dweck (1980) menemukan bahwa siswa yang gagal mencapai tingkat potensi akademik yang konsisten memiliki harapan yang lebih rendah terhadap kinerja akademik.

Harapan menjadi penting dalam menunjang perkembangan manusia, terutama pada masa remaja yang ditandai dengan individu yang mulai mempertimbangkan dan merencanakan masa depan. Aminah, dkk. (2020) menyebutkan bahwa harapan adalah salah satu aspek dari

kekuatan karakter (Character Strength) yang diperlukan untuk perkembangan pribadi siswa remaja.

Perkembangan harapan diperlukan oleh remaja karena masa remaja merupakan tahap transisi hasil refleksi antara lingkungan keluarga, teman sebaya, dan masyarakat. Kemudian, harapan juga mengajarkan komponen tujuan pengajaran yang berbeda dengan psikologi positif lainnya dan diperlukan untuk masa perkembangan remaja, karena di masa remaja, remaja memiliki waktu perkembangan kognitif yang cepat (Aminah dkk., 2020). Kekuatan harapan mendorong keberhasilan studi siswa untuk mampu menyelesaikan tugas akademik, mendapatkan skor tinggi pada tes akademik, memiliki keyakinan akan kemampuannya dalam mengatasi masalah, serta memperoleh kepuasan hidup saat mengalami stres atau tekanan akademik (Chang dalam Aminah, dkk, 2020).

Tugas-tugas perkembangan remaja yang dijelaskan Hurlock (1990) menitikberatkan pada keharusan remaja untuk mulai mempersiapkan diri terhadap karir yang sesuai kesanggupan dan minat, mempersiapkan cara agar mampu menghidupi diri sendiri, dan harus mampu memahami berbagai tingkah laku yang dilakukan terbatas pada norma dan nilai yang berlaku di masyarakat. Menurut Santrock (2007) saat masa remaja individu mulai menyadari bahwa kesuksesan dan kegagalan yang dialami di masa remaja akan menjadi gambaran untuk keberhasilan remaja tersebut di masa depan, sehingga remaja akan mulai memikirkan hal-hal yang berhubungan dengan kehidupannya di masa yang akan datang. Hal ini ditunjang dengan kemampuan remaja awal yang sudah masuk tahap operasional formal secara kognitif menurut Santrock (2007), tahap perkembangan kognitif ini menggambarkan kemampuan remaja awal untuk berfikir abstrak dan logis, remaja awal sudah mampu berfikir kemungkinan apa yang akan terjadi pada masa yang akan datang sehingga menunjang untuk memiliki tujuan di masa depan dengan strategi nyata yang dipersiapkan.

Namun, pada realita masa sekarang ini, kasus bunuh diri menjadi salah satu gambaran kondisi nyata remaja saat ini yang kehilangan harapan dalam hidup, keputusasaan, dan segala perasaan yang membuat diri remaja merasa tidak berguna untuk memiliki harapan di masa depan. Hal ini sesuai dengan gambaran remaja saat ini menurut Kasali (2017) yang menggambarkan kondisi remaja saat ini sebagai sosok yang kreatif dan banyak akal, namun cepat menyerah dan mudah sakit hati. Indonesia National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS), sebuah survei kesehatan mental yang dipublikasikan akhir 2022 menyebut, satu dari tiga remaja Indonesia memiliki masalah kesehatan mental, dalam angka itu adalah 15,5 juta

remaja. Sementara survei itu juga menemukan, satu dari dua puluh remaja Indonesia atau 2,45 juta remaja, memiliki gangguan mental dalam 12 bulan terakhir. Sayangnya, hanya 2,6 persen remaja dengan masalah kesehatan mental yang mau menggunakan fasilitas konseling (Sucahyo, 2022). Peran harapan pada remaja awal ialah sebagai cara untuk memandang berbagai hal positif di dunia terutama pandangan positif terkait masa depan yang akan remaja lewati, sehingga remaja awal akan memandang masa depan sebagai suatu hal yang harus dipersiapkan.

Berdasarkan teori Snyder (1995) harapan (hope) diartikan sebagai proses berpikir seseorang tentang tujuan, yang mana dalam prosesnya terdapat motivasi untuk bergerak (agency) dan cara (pathways) untuk mencapai tujuan tersebut. Menurut Ken (2005), harapan adalah emosi positif mengenai masa depan. Harapan memberikan daya tahan yang lebih baik dalam menghadapi depresi tatkala musibah melanda. Psikologi harapan berarti mempercayai orang, dan menyadari bahwa dalam diri setiap orang terdapat kekuatan untuk berubah. Harapan berarti mempercayai orang untuk tumbuh dalam keindahan, kreativitas, kepekaan dan semangat hidup.

Beberapa studi terdahulu yang terkait dengan harapan menemukan hasil sebagai berikut; individu dengan harapan yang tinggi cenderung memiliki tingkat depresi yang rendah (Davidson, dkk, 2009); harapan berkorelasi positif dengan rancangan tujuan siswa, taksiran pencapaian tujuan, tujuan pembelajaran, strategi coping, performa dalam mengerjakan tugas, dan prestasi dalam akademik dan olahraga (Bernardo, 2010). Snyder dkk, (1995) mengasumsikan bahwa harapan dapat mengarahkan pada tingkat kesejahteraan individu dalam mencapai tujuannya. Individu yang memiliki harapan dikatakan individu yang lebih kreatif, karena individu tersebut dinilai memiliki ketekunan dalam mengejar tujuan yang ingin dicapai. Harapan didefinisikan sebagai kemampuan yang dirasakan untuk menghasilkan jalur untuk mencapai tujuan yang diinginkan dan untuk memotivasi diri sendiri menggunakan jalur tersebut (Rifayanti dkk, 2021).

Remaja yang memiliki tingkat harapan tinggi memiliki performa lebih baik ketika di sekolah, kemampuan olahraga, memiliki kesehatan yang lebih baik, memiliki kemampuan pemecahan masalah lebih baik, dan dapat menyesuaikan diri secara psikologis dengan lebih baik (Linley dan Joseph, 2004). Harapan juga memiliki peranan penting dalam pencapaian prestasi, memiliki harapan yang tinggi dapat membantu individu meraih keberhasilan dalam beberapa aspek kehidupan. Remaja yang memiliki kemampuan untuk memiliki dan

mempertahankan harapan yang tinggi juga memiliki kaitan dengan kesehatan fisik, mental, dan emosional.

Hal ini didukung hasil penelitian Mohammadi dkk (2014) yang menyatakan bahwa hubungan yang signifikan juga ditemukan antara harapan dan kemampuan untuk bertahan hidup dan pemulihan dari penyakit atau kecelakaan yang serius. Remaja yang memiliki harapan tinggi akan terlibat sepenuhnya dan memiliki energi dalam usaha mereka mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Remaja akan memiliki keinginan kuat untuk mencoba berbagai solusi atau cara untuk mencapai tujuan dengan menggunakan konsentrasi dan perasaan mereka. Sebaliknya, remaja yang memiliki harapan rendah akan berkaitan dengan kecemasan, kemarahan, ketakutan, dan rasa bersalah (Shegefti dan Samani, 2014).

Harapan dalam kehidupan remaja bisa berfungsi sebagai faktor protektif, seperti penelitian yang dilakukan Ashby, Dickinson, Gnilka, dan Noble (2011) menyatakan bahwa remaja di sekolah menengah yang memiliki harapan memiliki tingkat depresi yang rendah, sehingga harapan berperan memberikan pandangan positif pada remaja akan suatu hal yang mereka hadapi. Ketika remaja memiliki harapan, maka remaja tidak akan merasakan keputusasaan ketika berhadapan dengan suatu masalah.

Seligman (2009) membagi emosi positif menjadi tiga macam yaitu emosi terkait masa lampau, emosi terkait masa depan dan emosi terkait masa sekarang. Bangga, puas, dan tenang adalah emosi yang memiliki keterkaitan dengan masa lampau, kenikmatan menjadi emosi yang terkait masa sekarang, sedangkan harapan, optimisme, keyakinan, kepercayaan diri merupakan emosi yang memiliki kaitan dengan masa yang akan datang. Harapan sebagai emosi positif ke arah masa depan akan memberikan kekuatan kepada remaja awal untuk memiliki pendirian positif dalam menghadapi masa depan, berharap bahwa peristiwa yang baik akan terjadi, merasakan tujuan akan terwujud dengan berjuang keras, dan kemampuan untuk merencanakan berbagai kesenangan yang akan datang sejak sekarang.

Layanan bimbingan dan konseling dipandang sebagai suatu proses untuk memfasilitasi perkembangan dalam upaya membantu peserta didik menyelesaikan fase perkembangannya. Guru BK berperan penting dalam melaksanakan layanan bimbingan di sekolah. Layanan bimbingan pribadi berfungsi agar peserta didik dapat mengembangkan kemampuan untuk menyelesaikan solusi masalah pribadi tentang aspek-aspek yang dimiliki yaitu aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik (Hikmawati, 2010). Berdasarkan temuan di lapangan, belum ada program khusus ataupun layanan bimbingan dan konseling seperti layanan bimbingan pribadi

dalam mengembangkan harapan pada peserta didik, termasuk life-coaching yang terbukti berguna untuk pengembangan harapan.

Berdasarkan fenomena yang terjadi di SMPN 1 Bandung, maka perlu adanya bantuan dari guru BK sebagai konselor sekolah untuk meningkatkan harapan pada siswa SMP berupa program layanan bimbingan dan konseling. Program bimbingan dan konseling mendukung pertumbuhan siswa baik secara individu, dalam kelompok, maupun secara klasikal, sesuai dengan kebutuhan, potensi bakat, minat, perkembangan, kondisi, dan peluang yang dimiliki oleh mereka. Layanan ini disediakan dengan tujuan membantu mengidentifikasi serta mengatasi kekurangan, rintangan, dan permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik, yang dapat diakomodasi melalui layanan bimbingan pribadi (Mahaly, 2021).

Beberapa hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan masih banyak hal yang perlu dimaksimalkan untuk meningkatkan harapan pada remaja. Harapan pada remaja awal menjadi penting karena membuat remaja awal memiliki kesiapan dalam menghadapi masa depan yang akan dilalui. Hal ini akan berdampak pada perkembangan akademik, emosional, dan sosial yang baik pada remaja awal. Oleh karena itu, peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian mengenai trend harapan siswa sekolah menengah pertama di Kota Bandung.

1.2 Rumusan Masalah

Harapan (Hope) cenderung menjadi aspek yang cukup penting dalam membantu tugas perkembangan, khususnya remaja awal. Hal ini berkaitan dengan motivasi yang mengarahkan remaja untuk berada dalam jalur yang diinginkannya. Selama masa remaja, harapan menjadi penanda bagi para remaja untuk mempertahankan keyakinan mereka dan berusaha untuk mewujudkan tujuan hidup yang diinginkan olehnya.

Program bimbingan dan konseling yang berguna untuk mengembangkan harapan dapat meningkatkan kemampuan dan keyakinan siswa untuk meraih prestasi akademiknya maupun mencapai tujuan hidupnya. Namun, fakta di lapangan menunjukkan bahwa belum banyak program bimbingan dan konseling berupa training untuk pengembangan harapan pada siswa di sekolah menengah pertama. Guru BK di sekolah berperan penting sebagai pembimbing siswa dalam meraih harapan yang tinggi. Akan tetapi, saat ini belum banyak guru BK yang mengaplikasikan secara intensif tentang training pengembangan harapan pada siswa sekolah menengah pertama.

Oleh karena itu, peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian tentang kecenderungan gambaran harapan yang terjadi pada siswa remaja awal di SMPN 1 Bandung dan implikasinya terhadap layanan bimbingan dan konseling yaitu melakukan life-coaching untuk pengembangan harapan pada siswa sekolah menengah pertama. Maka, rumusan masalah dari penelitian ini adalah:

- 1) Seperti apa kecenderungan aspek harapan berupa agency, pathway, dan goal pada siswa sekolah menengah pertama
- 2) Seperti apa kecenderungan harapan berdasarkan jenis kelamin pada siswa sekolah menengah pertama

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah:

- 1) Mendeskripsikan gambaran kecenderungan aspek harapan berupa agency, pathway, dan goal pada siswa sekolah menengah pertama
- 2) Mendeskripsikan gambaran kecenderungan harapan berdasarkan jenis kelamin pada siswa sekolah menengah pertama

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik secara teoretis maupun praktis yang dijelaskan sebagai berikut:

1) Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan mampu memperkaya teori dan menambah wawasan tentang harapan pada siswa sekolah menengah pertama dan bagi pengembangan ilmu bimbingan dan konseling.

2) Manfaat Praktis

- a. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling yaitu hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai rancangan pelatihan untuk mengembangkan harapan pada siswa di sekolah.
- b. Bagi Peneliti selanjutnya yaitu penelitian ini dapat menjadi dasar penelitian untuk mengungkap harapan (hope) berdasarkan faktor-faktor lain yang melatarbelakanginya.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Adapun ruang lingkup penulisan penelitian terdiri dari 5 bab, yaitu: bab I pendahuluan meliputi: latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan ruang lingkup penelitian. Bab II meliputi: kajian pustaka berisi tentang konsep teoritis yang relevan. Bab III meliputi: desain penelitian, populasi dan sampel, instrumen penelitian, prosedur penelitian, teknik analisis data. Bab IV meliputi: hasil penelitian dan pembahasan. Bab V meliputi: simpulan dan saran.