

BAB I

PENDAHULUAN

Bab ini merupakan awal dari hal-hal yang mendasari penelitian yang dimulai dari latar belakang penelitian, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi penelitian

A. Latar Belakang

Remaja merupakan suatu periode transisi dari masa awal anak-anak hingga masa awal dewasa, yang rentan usianya sekitar 12 tahun – 18 tahun (Hurlock, 2011). Ditinjau dari masa usia perkembangan siswa Sekolah Menengah Atas (SMA), siswa SMA termasuk ke dalam fase perkembangan remaja akhir. Salah satu aspek perkembangan remaja adalah perkembangan emosi yang identik dengan perubahan emosi (Allen, N. B., & Sheeber, L. B, 2009). Perubahan ini ditandai dengan ketidakstabilan emosi yang kuat dan tidak terduga, misalnya remaja terkadang merasakan bahagia, mudah marah, cemas, hingga depresi. Ketidakstabilan emosi inilah yang membuat remaja rentan terhadap stres (Aryani, 2016).

Di kalangan remaja Indonesia banyak ditemukan fenomena ketidakmampuan siswa dalam mengelola stres (Taufik & Ifdil, 2013). Data Risesdas (2018) menunjukkan bahwa di Indonesia sekitar usia 15 tahun ke atas mencapai sekitar 6,1% (setara dengan 11 juta remaja) mengalami gangguan emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala stres tingkat tinggi. Namun, hasil tersebut tidak spesifik terkait stres akademik. Data stres tersebut merupakan data stres umum yang mencakup stres yang disebabkan oleh lingkungan sosial, keluarga, bahkan akademik. Kemudian, Data survei yang dilakukan oleh Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI, 2020) menunjukkan 73,2% siswa mengalami stres terkait tugas akademik.

Sebagian besar remaja yang mengalami stres biasanya dalam konteks sekolah atau yang berfokus pada bidang akademik (Hoffrichter, Hirvonen, & Kiuru, 2020; Kaplan, Liu, & Kaplan, 2005; Scrimin, Mason, & Moscardino, 2014). *Organization for Economic Co-operation and Development* (OECD, 2017) melaporkan bahwa pelajar berusia 15 – 17 tahun diseluruh dunia 66%

mengalami stres akibat nilai yang buruk dan 59% mengalami kekhawatiran menjalani ujian di sekolah. Remaja menunjukkan peningkatan kortisol sebagai respon terhadap stres signifikan lebih besar daripada anak-anak usia pertengahan (7-12 tahun) (Stroud et al, 2009).

Berbagai macam tuntutan akademik berdampak secara negatif terhadap siswa, seperti stres akademik yang berdampak pada penurunan prestasi akademik, mengurangi motivasi belajar dan meningkatkan resiko *drop out* sekolah (Pascoe, Hetrick, & Parker, 2020). Masalah terkait akademik seringkali dianggap sebagai domain stres bagi remaja usia sekolah menengah atas. Dalam beberapa kasus, ditemukan bahwa terdapat sub kelompok remaja mengalami tingkat stres kronis sehingga mampu menghambat kemampuan mereka untuk berhasil secara akademis. Apabila hal ini terjadi secara terus menerus dapat membahayakan fungsi kesehatan mental hingga mampu mendorong perilaku beresiko (Leonard *et al*, 2015).

Siswa yang mengalami stres dalam konteks pendidikan disebut sebagai stres akademik (Barseli & Ifdil, 2017). Stres akademik merupakan tekanan mental dan emosional, atau tension yang terjadi akibat tuntutan kehidupan di sekolah (Simbolon, 2015). Stres di lingkup akademik diidentifikasi dengan tekanan belajar dari orang tua maupun guru, beban tugas yang semakin meningkat, kekhawatiran terhadap nilai akademik, ekspektasi diri yang berlebihan, dan keputusasaan terhadap prestasi akademik (Sun, Dunner, & Hou, 2012).

Apabila seseorang menganggap stres akademik adalah sebuah hal yang positif dengan cara menerima bagian dari tantangan dalam hidupnya dan dapat mengatasinya, maka stres akademik akan mereda (Elias, 2011). Namun, saat seseorang menganggap stres akademik adalah sesuatu hal yang negatif, maka ia akan mengalami gangguan psikis yang berkepanjangan dan menerima dampak negatif lainnya (Elias, 2011).

Barseli *et al* (2018) menyatakan bahwa stres akademik pada siswa akan berdampak negatif terhadap hasil belajar dan prestasi akademik. Stres akademik yang tinggi dapat memberikan dampak yang negatif seperti mengalami kecemasan, merasa tertekan, dan emosi negatif lainnya (Saqib &

Rehman, 2018). Stres akademik yang lebih tinggi dapat mengakibatkan siswa mengalami depresi (Deb, Storl, & Sun, 2015).

Terdapat dua faktor yang bisa memengaruhi stres akademik pada siswa yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi pola pikir individu, kepribadian, dan keyakinan terhadap diri sendiri, sedangkan faktor eksternal meliputi pelajaran yang padat, tekanan berprestasi yang tinggi, dorongan status sosial, dan orang tua yang saling berlomba untuk menghasilkan anak-anak yang memiliki kemampuan dari berbagai aspek terutama aspek akademis (Barseli & Ifdil, 2017).

Sarafino & Smith (2014) mengemukakan stres akademik muncul karena banyaknya tuntutan yang berasal dari lingkungan sosial siswa tersebut. Tuntutan tersebut berkaitan dengan kegiatan belajar yang meliputi tugas yang berat, nilai ujian yang tinggi, serta tekanan yang didapatkan dari keluarga dan guru (Wahyuningsih, 2011). Tuntutan, beban, dan harapan yang dihadapi terlalu besar dapat menjadi beban dan stres bagi siswa (Sudiana, 2007).

Stres akademik dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Salah satu faktor eksternal penyebab stres yang dialami siswa adalah kurangnya keterlibatan orang tua dalam pendidikan anak (Byrne *et al.*, 2007). Keterlibatan orang tua merupakan dedikasi sumber daya oleh orang tua untuk anaknya dalam domain tertentu (Grolnick & Slowiaczek, 1994). Yoon & Hong (2006) menjelaskan bahwa keterlibatan orang tua yang tidak tepat dapat memberikan dampak tekanan psikologis yang dapat mengurangi kepercayaan diri dan meningkatkan stres pada siswa. Penelitian Saragih (2021) menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua berkorelasi secara negatif terhadap stres akademik. Artinya, ketika siswa telah mengalami banyak tekanan akademik, keterlibatan orang tua yang tepat dapat membantu siswa meningkatkan kepercayaan diri pada siswa (Kim, 2016). Menurut Kim *et al* (2019) keterlibatan orang tua yang tepat memberikan pilihan belajar pada siswa, mendorong atau menyediakan sarana dan prasarana untuk kemajuan akademik, memberikan informasi tentang akademik, dan memberikan suasana rumah yang positif untuk siswa.

Namun, tidak semua orang tua mengetahui bagaimana pentingnya keterlibatan mereka dalam pendidikan (Hoover, 1995). Seiring dengan

bertambahnya usia anak, keterlibatan orang tua dalam pendidikan dari tahun ke tahun terus menurun secara signifikan karena orang tua menganggap anak sudah cukup mandiri dalam hal pendidikan (Wei *et al*, 2019). Menurut Bhargava (2015) keterlibatan orang tua pada anak dari jenjang pendidikan kelas 7 hingga kelas 12 menunjukkan 60% orang tua mengurangi *home and school-based involvement* karena sebagian orang tua beranggapan bahwa anak tidak memerlukan lagi kontribusi orang tuanya dalam pendidikan. Artinya, semakin tinggi tingkat pendidikan anak maka keterlibatan orang tua akan semakin berkurang. Sedangkan, survei yang dilakukan *World Health Organization* (2017) tentang status kesehatan mental remaja, menyebutkan bahwa terlibatnya orang tua dalam kehidupan remaja menjadi faktor protektif bagi kesehatan mentalnya. Sementara, keterlibatan orang tua yang rendah dapat menurunkan minat dan semangat belajar remaja (Ghazi *et al*, 2010).

Seperti yang telah peneliti jelaskan sebelumnya, bahwa stres akademik memiliki faktor internal. Salah satu faktor internal stres akademik adalah kepribadian *grit* (Lee, 2017). *Grit* didefinisikan sebagai kemampuan seseorang mempertahankan energi, semangat, dan ketekunan dalam menghadapi hambatan dan kegagalan demi mencapai tujuan (Duckworth, 2007). Konsep umum *grit* terkait dengan optimism, ketekunan, kegigihan, tahan banting, daya juang, dan ketahanan (Mason, 2018). Baruch-Feldman (2017) membagi *grit* ke dalam lima domain yaitu *Academic Grit*, *Social Grit*, *Wellness Grit*, *Extracurricular Grit*, dan *Emotional Grit*. Penelitian ini akan dilakukan dalam konteks akademik sehingga domain *grit* paling cocok adalah *Academic Grit*. *Academic grit* merupakan karakteristik pada diri individu yang meliputi determinasi, resiliensi, dan fokus dalam mengejar tujuan jangka panjang di bidang akademik (Clark & Malecki, 2019).

Salah satu cara individu untuk mengatasi stres akademik adalah dengan menilai kapasitas psikologis yang dimilikinya (Folkman & Lazarus, 1985). Lee (2017) juga menjelaskan bahwa *grit* dapat memengaruhi penilaian individu terhadap *stressor* akademik dan kemajuan akademik. *Grit* yang rendah membuat siswa tidak bekerja keras, tidak memiliki standar yang tinggi terhadap hasil belajar, tidak dapat fokus pada pemenuhan tanggung jawab

sebagai pelajar, serta tidak menunjukkan usaha jika dihadapkan kepada hambatan, kesukaran, dan kegagalan ketika proses belajar di sekolah (Eskreis-Winkler et al., 2014). Siswa yang tidak memiliki *grit*, memiliki sikap dan harapan yang negatif tentang diri, kehidupan, dan dunia (Machell, 2017).

Grit juga sangat berpengaruh terhadap prestasi akademik siswa. Penelitian Zimmerman & Brogan (2014) menyatakan bahwa *grit* memprediksi keberhasilan dalam berbagai konteks kehidupan dan ditemukan korelasi yang positif dengan prestasi akademik. Siswa dengan tingkat *grit* yang lebih tinggi menunjukkan kegigihan yang lebih besar dalam mengejar tujuan meskipun dihadapkan kepada tantangan, tekanan, kesulitan, bahkan kegagalan ketika belajar di sekolah, dibandingkan dengan siswa lain yang *grit* nya rendah. Dalam konteks pendidikan, *grit* digambarkan berpengaruh penting pada hasil seperti tingkat pencapaian, retensi, probabilitas kelulusan dan prestasi akademik (Angela Lee Duckworth & Quinn, 2009; Maddi et al., 2012; Strayhorn, 2014).

Penelitian keterlibatan orang tua ke stres akademik dan *grit* ke stres akademik sudah banyak dilakukan, tetapi penelitian dengan variabel keterlibatan orang tua dan *grit* terhadap stres akademik belum dilakukan. Maka dari itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Keterlibatan Orang Tua dan *Grit* terhadap Stres Akademik pada Siswa SMA di Kota Bandung”.

B. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang penelitian, maka pertanyaan dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh keterlibatan orang tua dan *grit* terhadap stres akademik pada siswa SMA di Kota Bandung?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang penelitian, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh keterlibatan orang tua dan *grit* terhadap stres akademik pada siswa SMA di Kota Bandung.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pengembangan keilmuan psikologi pada umumnya. Selain itu juga, diharapkan dapat menambah kajian mengenai peran orang tua, stres akademik, dan kepribadian yaitu *grit* pada siswa SMA.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi dan pemahaman pada siswa terkait stres akademik. Serta siswa dapat meningkatkan *grit* untuk menghadapi berbagai situasi di lingkungannya. Dengan demikian, siswa dapat mengurangi tingkat stres akademik yang dialami.

b. Bagi Orang tua.

Penelitian ini diharapkan orang tua untuk lebih terlibat dalam pendidikan anak seperti mendukung atau memberi sarana dan prasarana yang menunjang untuk pendidikan anak, terutama pada siswa yang *grit*-nya rendah.

3. Manfaat Kebijakan

Bagi sekolah, penelitian ini diharapkan dapat memberikan penyuluhan atau seminar berupa informasi sebagai pengetahuan dan masukan kepada pihak sekolah tentang perhatian orang tua pada anak dan memberikan dukungan kepada siswa untuk meningkatkan *grit* pada siswa, sehingga dapat mengurangi tekanan yang dirasakan oleh anak.

E. Sistematika Penelitian

Berikut adalah penjelasan singkat mengenai sistematika penelitian yang terdiri dari:

1) BAB I PENDAHULUAN

Bab ini meliputi latar belakang yang mendasari penelitian, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika organisasi penelitian.

2) BAB II KAJIAN PUSTAKA

Bab ini membahas kajian pustaka yang berisi teori-teori relevan yang berkaitan dengan tujuan serta pernyataan penelitian yang terdiri dari penjelasan mengenai keterlibatan orang tua, stres akademik, dan *grit*.

3) BAB III METODE PENELITIAN

Bab ini membahas metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini berisi desain penelitian, populasi penelitian, variabel penelitian, instrumen penelitian, teknik pengambilan data, prosedur penelitian, serta analisis data terkait penelitian yang akan dilakukan.

4) BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Bab ini merupakan uraian dari hasil penelitian dan pembahasan mengenai data responden dan hipotesis penelitian.

5) BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Bab ini berisi kesimpulan berdasarkan hasil penelitian serta rekomendasi bagi orang tua, siswa, dan penelitian selanjutnya.