

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Sekolah adalah lembaga pendidikan yang berfungsi sebagai sarana untuk melaksanakan proses belajar mengajar. Tujuan didirikannya sekolah adalah untuk memberikan bimbingan, administrasi dan pendidikan melalui bimbingan para siswa oleh guru. Siswa dapat merasa tertekan dengan semua tuntutan tersebut karena siswa sekolah harus belajar secara aktif dan kreatif serta mengikuti semua peraturan yang telah ditetapkan oleh sekolah. (Astuti. dkk,2018).

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, ada 3 jalur pendidikan yang dapat ditempuh yang terdiri atas pendidikan formal, nonformal, dan informal agar dapat mencapai tujuan pendidikan. Dalam hal ini peneliti berfokus pada pendidikan formal khususnya pendidikan menengah yaitu Sekolah Menengah Atas (SMA). Siswa memiliki pengalaman yang berbeda-beda dalam menghadapi kehidupan akademik di sekolah dengan berbagai masalah dan kesulitan yang dihadapi.

Di kutip dari (Jakarta, CNN Indonesia pada tahun 2020) Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan terdapat 800 ribu orang yang tercatat melakukan bunuh diri tiap tahunnya dan sebagian kasus terjadi di kalangan anak muda. Dilansir oleh (detikedu, 2022). Melansir buku bertajuk Pendidikan untuk Pembangunan Nasional karya Mohammad Ali, data Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa mayoritas (76%) keluarga menyatakan penyebab utama anak mereka putus sekolah adalah karena alasan ekonomi. Sebagian besar (67,0%) di antaranya tidak mampu membayar biaya sekolah, sementara sisanya (8,7%) harus mencari nafkah.

Data di atas menjelaskan bahwa faktor ekonomi dianggap sebagai penyebab utama meningkatnya angka putus sekolah. Salah satunya pelajar

Indonesia asal Madrasah Tsanawiyah (MTs) di wilayah Tarakan, Kalimantan Utara berinisial AN (15) yang diduga melakukan bunuh diri. Dalam keterangannya, Retno menjelaskan bahwa pada 26 Oktober 2020, ibu korban mengaku bahwa dirinya mendapat surat dari pihak sekolah yang menyampaikan bahwa AN memiliki sejumlah tagihan tugas pada 11 mata pelajaran. "Jadi bisa dibayangkan beratnya tugas yang harus diselesaikan AN dalam waktu dekat, kalau rata-rata 3 mata pelajaran saja, ada 33 tugas yang menumpuk selama semester ganjil ini," ucap Ibunda korban

Berdasarkan hasil wawancara pada 5 orang responden siswa/i pada tanggal 21 November 2022, di SMA Global Persada. Pada variable Resiliensi akademik di aspek pertama yaitu *perseverance* 60% (3 orang) responden mengatakan bahwa mereka mengerjakan tugas karena terpaksa, Kemudian pada aspek kedua *Reflecting and adaptive help-seeking* (merefleksikan dan beradaptasi dalam mencari bantuan) 80% (4 orang) mereka mencari bantuan kepada teman atau guru, bahkan mereka lebih memilih mencontek. Aspek ke tiga *Negatif affect and emotional response* (pengaruh negatif dan respon emosional), 100% (5 orang) pernah mengalahin tekanan dalam pembelajaran, mereka lebih baik menghindar dari masalah tersebut di banding menghadapinya.

Kemampuan untuk berdiri dan menghadapi masalah adalah hal yang harus dimiliki individu selama ini. Kemampuan ini dinilai penting mengingat semakin kompleksnya persoalan hidup dari waktu ke waktu. Kemampuan menghadapi masalah dapat disebut dengan resiliensi. Menurut (Murtiningrum & Pedhu, 2021) resiliensi akademik ialah Ketangguhan individu dalam menyelesaikan berbagai tantangan akademik dalam lingkungan pendidikan. Siswa yang tangguh secara akademik tidak mudah menyerah dalam menghadapi tantangan akademik. (Murtiningrum & Pedhu, 2021)

Bahkan, resiliensi juga dikatakan sebagai kemampuan yang dinilai sebagai pondasi atau kekuatan yang mendasari pembentukan karakter positif seseorang. Tanpa resiliensi, siswa tidak akan memiliki keberanian,

ketekunan, rasionalitas, dan insight. Resiliensi merupakan keterampilan yang sangat mempengaruhi gaya berpikir dan keberhasilan siswa dalam hidupnya, termasuk dengan apa yang mereka pelajari dalam belajar di sekolah (Meiranti & Sutoyo, 2020). Resiliensi pada bidang pendidikan, dianggap sebagai kemampuan untuk secara efektif menghadapi kemunduran, dan tekanan dalam lingkungan akademik.

Menurut (Murtiningrum & Pedhu, 2021) resiliensi akademik adalah bagaimana seseorang dalam menghadapi berbagai tugas akademik dalam lingkungan pendidikan. Sedangkan menurut (Wolin dalam Utami, 2020) mengatakan bahwa kekuatan bisa muncul setelah individu menghadapi kesulitan. Kesulitan memang dapat melemahkan atau memperkuat individu tergantung bagaimana individu tersebut memanfaatkan kondisi sulit itu. Jika kesulitan itu benar-benar menyakitkan hal tersebut mendorong individu untuk tidak melanjutkan kehidupannya yang sehat. Namun, jika mereka mampu menghadapinya dengan baik maka kesulitan tersebut akan dapat menjadi kesempatan atau bahkan tantangan yang membuatnya menjadi lebih kuat dan mendapatkan banyak kemampuan lainnya.

Resiliensi dibutuhkan untuk siswa agar ia mampu bertahan dalam keadaan tertekan. Salah satu faktor yang mempengaruhi resiliensi adalah *self esteem*. (Timesindonesia, Jakarta 09 Januari 2020) – mengatakan bahwa 8 dari 10 remaja Indonesia memiliki *Self esteem* yang rendah. Hal itu disebabkan karena adanya tekanan tinggi dari lingkungan yang membentuk suatu ‘tuntutan’ kondisi ideal. Seorang remaja merasa harga dirinya rendah karena dirinya tidak memiliki kelebihan dan selalu mendapatkan respon yang tidak baik dari masyarakat karena dirinya tidak cantik secara fisik.

Pada variable *self esteem*. Pada aspek pertama *power* (kekuasaan) 80 % (4 orang) responden mengaku sulit untuk mengontrol dirinya dan mengatur tingkah laku dirinya ataupun orang lain, ketika responden marah dia akan meluapkan emosi nya saat itu juga. Pada aspek ke dua *Significance* (Keberartian) 80% (4 orang) responden merasa tidak di pedulikan oleh teman-temannya, menurut nya teman-temannya hanya ingin tau bukan

empati. Pada aspek ketiga *Virtue* (Kebajikan) 40% (2 anak) responden mengatakan bahwa untuk urusan keagamaan dan larangan atau yang dibolehkan oleh agama itu adalah urusan masing masing dari setiap individu itu sendiri. Dan pada aspek ke empat *Competence* (Kemampuan) 60 % (3 anak) responden mengatakan bahwa sulit untuk memenuhi tuntutan prestasi karena faktor lingkungan yang kurang nyaman dan juga tugas yang menumpuk.

*Self-esteem* merupakan salah satu bagian yang perlu diperhatikan dalam dunia pendidikan. *Self esteem* didefinisikan sebagai seberapa suka seseorang terhadap dirinya sendiri. Konsep *self-esteem* menggambarkan bahwa seseorang yang menyukai, menerima dan hormat terhadap dirinya sendiri sebagaimana seorang yang berharga dan bermakna, maka semakin tinggi juga *self-esteem* (harga diri) seseorang tersebut (Hidayat et al., 2019). Harga diri merupakan suatu aspek yang menentukan keberhasilan seseorang untuk berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Harga diri merupakan sikap optimis terhadap kemampuan diri sendiri dalam melakukan interaksi dengan masyarakat (Lete et al., 2019). Skinner (Lete et al., 2019) dalam menyatakan bahwa dampak harga diri 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.

Permasalahan selanjutnya yang berkaitan dengan Resiliensi akademik adalah Regulasi emosi. Di kutip dari (kompasiana, 2019) Masa remaja dikenal sebagai puncak emosionalitas (perkembangan emosi yang tinggi). Dalam tahap emosionalitas, remaja hendaknya kuat secara jasmani (tidak sakit-sakitan dan lemah) dan juga kuat secara mental. Hal-hal yang dapat menimbulkan munculnya emosi negatif pada remaja seperti marah, sedih, kecewa, cemas, dan lainnya. Rasa tidak nyaman/ tidak puas terhadap kehidupan sehari-hari dapat menyebabkan remaja mengalami gangguan emosi. Dan hal ini dapat memicu remaja menjadi nakal.

Pada variable regulasi emosi, pada aspek pertama Memonitor emosi

(*emotions monitoring*) 80 % (4 orang) responden merasa kalau dirinya tidak bisa mengenali emosi yang dia rasakan, responden kurang memiliki kemampuan untuk memonitor emosi dan pikirannya. Menurut salah satu responden yang mengatakan kalau dia tidak bisa bergaul dengan lingkungan di sekolahnya. Pada aspek kedua Mengevaluasi emosi (*emotions evaluating*) 60% (3 orang) responden tidak bisa mengambil hikmah di balik peristiwa yang terjadi mereka cenderung tidak peduli dan hanya merespon seperlunya. pada aspek terakhir Memodifikasi emosi (*emotions modification*) 80% (4 orang) susah untuk bertahan dalam menghadapi masalah, mereka lebih memilih menghindar ketika tertimpa masalah atau membiarkan masalahnya hilang dengan lambat laun.

Menurut Greenberg (Mulyana, 2020) Regulasi emosi adalah kemampuan seseorang untuk mewujudkan emosinya dalam bentuk mengelola, mengungkapkan, serta mengatasi beragam emosi-emosi negatif yang dirasakan sehingga dapat mencapai kepada titik keseimbangan emosional. Siswa umumnya menggunakan metode penyelesaian masalah yang kurang tepat untuk mengatasi pergolakan emosi. Regulasi emosi juga digunakan untuk menghadapi situasi yang membuat remaja tersebut terekan, sedangkan siswa yang tidak dapat meregulasi emosi akan membuat kecenderungan berpikir negatif ketika dirinya menghadapi suatu peristiwa. Keberhasilan dalam meregulasi emosi akan memunculkan kesejahteraan subjektif, sedangkan kegagalan dalam meregulasi emosi akan berdampak pada kecemasan bagi siswa itu sendiri (Alfinuha & Nuqul, 2017). Regulasi emosi merupakan sebuah proses secara baik itu sadar ataupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku (Sholichah et al., 2018). Apabila siswa mengalami tekanan dimana hal tersebut akan membawa gangguan fisik serta emosional bahkan sampai timbul adanya trauma tertentu, akan sangat mengganggu kegiatan belajar serta kegiatan sehari-hari siswa selama system belajar mengajar berlangsung. Menurut Reivich dan Shatte (Sukmaningpraja & Santhoso, 2016) siswa mampu

bangkit dari trauma yang mereka hadapi apabila memiliki resiliensi yang baik.

Siswa belajar bahwa kegagalan bukanlah akhir dan mereka justru mencari pengalaman baru yang lebih menantang bagi hidup mereka karena situasi yang menantang akan membuat mereka berjuang keras untuk melewatinya dan dari proses itu mereka akan belajar serta dapat menambah wawasan mereka. Mereka memandang kegagalan itu sebagai sebuah pembelajaran yang bermakna untuk kehidupan selanjutnya. Efek lain yang timbul adalah seperti yang sudah dijelaskan diatas yaitu siswa merasa tidak kuat hingga trauma dan tidak mau sekolah lagi di tempat yang sama dan akhirnya pindah sekolah. Intinya, regulasi emosi berarti mengenali setiap emosi yang berkembang dalam diri individu dan kemudian mengendalikannya kearah yang positif.

Lokasi penelitian ini berada di SMA Global Persada Mandiri, beralamat di Jl. Mekar Sari No.5, RT.010/RW.003, Bekasi Jaya, Kec. Bekasi Tim., Kota Bks, Jawa Barat 17112. Sekolah dengan kurikulum merdeka belajar, dengan total keseluruhan siswa sebanyak 113 siswa/i. Terlihat dari wawancara 3 dari 5 siswa menunjukkan beberapa ciri resiliensi yang rendah, begitu juga dengan rendahnya *self esteem*, siswa tersebut tidak bisa meregulasi emosi yang ada pada dirinya. Oleh karena itu resiliensi sangat dibutuhkan agar siswa tetap bertahan dan meningkat secara akademik. Dari hasil observasi yang dilakukan peneliti, peneliti menemukan bahwa siswa malu dengan keadaan ekonomi orang tua yang terlihat ketika siswa diledaki perihal uang sekolah yang menunggak dan mendapatkan potongan dari pihak sekolah.

Berdasarkan dari latar belakang yang telah disampaikan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengangkat judul “Pengaruh *Self esteem* dan Regulasi Emosi terhadap Resiliensi akademik siswa Di SMA Global persada Mandiri Bekasi”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Apakah ada hubungan *Self esteem* dengan Resiliensi Akademik siswa di SMA Global Persada Mandiri ?
2. Apakah ada hubungan Regulasi Emosi dengan Resiliensi akademik siswa Di SMA Global Persada Mandiri?
3. Apakah ada pengaruh *Self esteem* dan Regulasi Emosi terhadap Resiliensi Akademik siswa di SMA Global Persada Mandiri ?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang diatas, Tujuan masalah dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui hubungan *self esteem* dengan Resiliensi Akademik siswa di SMA Global Persada Mandiri
2. Untuk mengetahui hubungan Regulasi Emosi dengan Resiliensi Akademik siswa di SMA Global Persada Mandiri
3. Untuk mengetahui pengaruh *Self esteem* dan Regulasi Emosi terhadap Resiliensi Akademik siswa di SMA Global Persada Mandiri.

## **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis sebagai berikut.

### **1. Manfaat Teoretis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat dalam pengembangan psikologi, khusus nya pada bidang Psikologi pendidikan dan perkembangan. Memberikan pemahaman tentang pengaruh *Self esteem* dan Regulasi Emosi terhadap Resiliensi Akademik Siswa di SMA Global Persada Mandiri. Selain itu juga memberikan masukan keilmuan bagi peneliti yang ingin mengkaji bidang yang sama.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Siswa

Diharapkan penelitian ini dapat mendorong siswa untuk memahami dirinya dalam aspek *Self esteem* dan dapat mengontrol Regulasi Emosi untuk meningkatkan Resiliensinya agar dapat bersaing dengan baik kedepannya.

### b. Bagi Sekolah

Penelitian ini, dapat menjadi acuan pihak sekolah agar mampu memahami kondisi siswanya selama proses belajar mengajar yang dilakukan di sekolah dan mampu mengupayakan untuk meningkatkan resiliensi akademik dengan meningkatkan *Self esteem* dan mengontrol Regulasi Emosi siswa tersebut.

### c. Bagi penelitian

Diharapkan penelitian ini dapat menambah wawasan terhadap pemahaman dalam ilmu mengenai *Self esteem*, Regulasi Emosi dan Resiliensi Akademik.