

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

World Health Organization (2018) menyebutkan bahwa lebih dari 80% anak usia Sekolah Menengah Pertama (SMP) terdaftar di sekolah secara global. Data dari Badan Pusat Statistik (2022) mencatat prosentase siswa SMP di Indonesia sebesar 3,65% dan untuk Daerah Istimewa Yogyakarta sendiri tercatat 3,6% jiwa yang terdaftar sebagai siswa SMP dengan rentang usia 13-15 tahun, sedangkan menurut UNICEF (2022) rentang usia siswa pendidikan menengah biasanya mencakup usia 12-15 tahun. Pada rentang usia 10-12 tahun individu memasuki tahap awal masa remaja sementara pada usia 18-19 tahun individu sudah memasuki fase akhir remaja, dimana fase remaja merupakan periode peralihan dari masa anak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, kognitif dan sosioemosional (Santrock, 2018)

Salah satu perkembangan yang terjadi pada masa remaja yaitu perkembangan sosioemosional. Proses perkembangan sosial emosional ini mencakup perubahan kepribadian, emosi dan hubungan dengan orang lain (Santrock, 2018). Perkembangan emosi remaja yang tinggi terjadi karena mereka mengalami tekanan sosial dan menghadapi situasi kehidupan yang baru (Fatmawaty, 2017). Masalah emosional yang dialami remaja diantaranya seperti perilaku agresif, impulsif, gangguan perhatian atau penurunan konsentrasi, kehilangan harapan dan gangguan kecemasan (Eva et al., 2021). Dalam penelitian Hastuti & Baiti (2019) didapatkan data bahwa 62,4% remaja memiliki kecerdasan emosional sedang, dimana remaja dengan tingkat kecerdasan emosional sedang merupakan remaja yang belum mampu dalam mengenali dan mengelola emosinya yang dapat menimbulkan munculnya perilaku negatif. Kemudian dalam penelitian Sekar (2021) menyatakan bahwa emosi yang tidak diungkapkan dengan hati-hati maka dapat mempengaruhi persepsi pikiran, sikap dan minat

remaja yang bisa menimbulkan masalah dalam kehidupan. Untuk memiliki emosi yang positif maka diperlukan adanya kontrol diri sebagai kekuatan untuk mengendalikan diri dari perilaku negatif dan perasaan negatif (Alamsyah et al., 2018).

Kontrol diri ini menggambarkan kemampuan pengambilan keputusan melalui pertimbangan kognitif untuk memperoleh tujuan (Mandasari, 2019). Kemampuan seseorang dalam mengontrol diri ini memiliki pengaruh emosional yang meningkatkan kemampuan berpikir pada remaja sehingga remaja merasa puas atas kehidupannya (Tu & Yang, 2016). Penelitian Ramadani (2020) menyatakan bahwa 56,3% remaja di Yogyakarta memiliki kategori kontrol diri yang rendah. Dalam penelitian Ahmad (2021) disebutkan bahwa kebanyakan siswa SMP masih mengalami emosi tidak stabil dengan menunjukkan kemarahan pada kategori yang tinggi, hal ini menyebabkan siswa mengalami ledakan emosi, bertingkah laku kasar dan melawan guru untuk menutupi rasa kurang percaya dirinya. Kemudian menurut penelitian Tianingrum & Nurjannah (2020) menjelaskan bahwa tingkat kenakalan remaja adalah sebesar 69,7% dan perilaku tersebut dipengaruhi oleh teman sebaya. Berdasarkan penjabaran dari beberapa studi literatur tersebut, dapat disimpulkan bahwa perilaku yang berasal dari emosi remaja yang belum stabil dapat menimbulkan ketidaknyamanan dalam proses belajar di sekolah. Menurut Moore dkk kesejahteraan sekolah ditandai dengan hubungan interpersonal yang baik serta tidak adanya masalah perilaku pada siswa (Perdana, 2019).

Menurut Baumister & Vohs dalam Agustin & Nirwana (2021) menyatakan bahwa individu dengan kontrol diri baik akan mampu menilai diri dan keadaan sekitar dengan positif. Kemudian menurut Chen et al. (2017) menyatakan bahwa semakin positif siswa memandang lingkungan pembelajaran mereka maka semakin tinggi *well-being* siswa di sekolah. Teori kesejahteraan sekolah atau *school well-being* dikembangkan oleh Konu dan Rimpelä pada tahun 2002 yang berdasarkan pada model konseptual *well-being* milik Alldart. Menurut Konu dan Rimpelä lingkungan sekolah yang aman,

nyaman dan menyenangkan dapat membangun kesejahteraan sekolah bagi siswa dan juga bermanfaat dalam upaya pengembangan diri, prestasi, kemampuan fisik dan mental siswa (Anggreni & Immanuel, 2020).

Siswa dengan *School well-being* bagus cenderung merasa puas di sekolah dan dapat mengembangkan sikap positif dalam proses belajar dan berprestasi, selain itu siswa juga dapat mengembangkan strategi koping terhadap pengaruh buruk dari lingkungannya (Yuniawati & Tarnoto, 2019). Dalam penelitian Abdillah et al (2022) yang dilakukan pada siswa di Yogyakarta didapatkan data sebanyak 15.7% memiliki kategori *school well-being* rendah, 69.7% memiliki kategori *school well-being* sedang dan 14.6% memiliki kategori *school well-being* tinggi. Siswa yang memiliki *school well-being* tinggi akan menunjukkan peningkatan prestasi akademik dan penurunan masalah perilaku, dengan demikian kecenderungan rendahnya *school well-being* siswa di Indonesia secara tidak langsung tercermin dari masalah-masalah akademik, psikologis maupun sosial yang dijumpai pada remaja (Yuniawati & Tarnoto, 2019).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dengan metode wawancara pada siswa SMPN 2 Turi menjelaskan bahwa adanya rasa kurang nyaman saat belajar, adanya perilaku negatif dari teman sebaya dan tidak ditemukannya data *search engine* tentang penelitian hubungan kontrol diri terhadap *school well-being* menjadi alasan peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan kontrol diri terhadap *school well-being* pada siswa SMPN 2 Turi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan deskripsi dalam latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: apakah terdapat hubungan antara kontrol diri dengan *school well-being* pada siswa?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan *school well-being* pada siswa SMPN 2 Turi.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik demografi responden penelitian yang terdiri dari jenis kelamin, tinggal bersama dan pekerjaan orangtua
- b. Mengetahui gambaran nilai kontrol diri siswa SMPN 2 Turi
- c. Mengetahui gambaran nilai *school well-being* siswa SMPN 2 Turi
- d. Mengetahui keeratan hubungan tingkat kontrol diri dengan *school well-being* pada siswa SMPN 2 Turi

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi referensi dalam pengembangan wawasan tentang hubungan antara kontrol diri dengan *school well-being* pada siswa dan dapat memberikan kajian keilmuan khususnya pada bidang keperawatan jiwa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi siswa

Besar harapan penelitian ini akan meningkatkan pemahaman siswa mengenai keterkaitan antara kontrol diri dengan *school well-being*, sehingga siswa lebih merasa bertanggung jawab atas kesejahteraan sekolah dalam kepentingan bersama dengan anggota lainnya.

b. Bagi sekolah

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi terkait tingkat kontrol diri dan tingkat *school well-being* serta hubungan antara keduanya pada siswa, sehingga sekolah dapat menggunakan data tersebut sebagai peningkatan mutu sekolah.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi rujukan referensi sumber data bagi peneliti selanjutnya.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA