

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Pendidikan memiliki peran krusial dalam membentuk karakter serta cara berpikir seseorang. Dalam dunia pendidikan, terdapat proses pembelajaran yang mencakup hubungan interaktif antara pendidik dan siswa. Untuk memperoleh pengetahuan, proses belajar membutuhkan tahapan berpikir yang sistematis serta latihan yang dilakukan secara berulang (Hurit, 2021). Sekolah Menengah Atas (SMA) adalah jenjang pendidikan yang berada di tingkat lanjut setelah pendidikan dasar di Indonesia dan termasuk dalam pendidikan wajib yang harus diselesaikan. Pada tahap ini, siswa berada dalam fase remaja, yang merupakan periode penting dalam pencarian identitas diri.

Masa remaja sering dianggap sebagai periode yang menarik dalam kehidupan. Meskipun penuh dengan pengalaman indah, fase ini juga menghadirkan berbagai tantangan. Berdasarkan definisi dari Kementerian Kesehatan RI (2018), remaja merupakan individu yang berdomisili di Indonesia dengan kisaran usia mulai dari 10 hingga 18 tahun. Menurut Shilpy dan Octavia (2020) remaja merupakan fase peralihan dari anak-anak menuju kedewasaan, yang ditandai dengan beragam perubahan dalam berbagai aspek fisik, psikomotorik, bahasa, kognitif, sosial, moral spiritual,

emosional, serta kepribadian. Selain itu, tantangan hidup yang dihadapi remaja juga mengalami perubahan yang cukup signifikan.

Salah satu tantangan hidup yang kerap dialami oleh siswa di sekolah adalah ketidakmampuan mereka dalam menghadapi dan bertahan di bawah tekanan. Ketahanan tersebut umumnya dikenal dengan istilah "ketahanan akademik" atau "resiliensi dalam bidang akademik". Menurut Reivich dan Shatte (Pusvitasari & Yuliasari, 2021) resiliensi merujuk pada kapasitas untuk menangani situasi atau masalah kehidupan yang sulit, menekan diri sendiri, tetap berada di tengah-tengah tekanan, dan mengatasi kesulitan dan trauma kehidupan. Resiliensi merupakan aspek penting dalam psikologi positif yang berperan dalam perkembangan individu. Dengan resiliensi, seseorang dapat menghadapi tekanan dan keterpurukan melalui kemampuan beradaptasi, fleksibilitas, serta kesiapan merespons perubahan dan ketidakpastian yang terjadi secara tidak terduga.

Individu yang memiliki resiliensi mampu menyesuaikan diri dengan kondisi sulit dan menghadapi tantangan secara positif sehingga tetap dapat mencapai tujuan yang diinginkan (Prawita & Heryadi, 2023). Menurut Pusvitasari dan Yuliasari (2024), temuan penelitian mengindikasikan bahwa individu dengan tingkat resiliensi yang rendah memiliki kecenderungan lebih tinggi untuk mengalami stres. Hal ini ditandai dengan mudahnya merasa putus asa, mengalami hambatan dalam membuat keputusan serta menunjukkan respons negatif yang berlebihan, serta ketidakmampuan mengendalikan diri ketika menghadapi situasi yang kurang menyenangkan.

Sebaliknya, individu dengan tingkat resiliensi yang tinggi cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah dan mampu merespons situasi yang kurang mendukung dengan lebih baik. Resiliensi berperan penting dalam penelitian untuk mengidentifikasi potensi dalam diri individu dan lingkungannya saat menghadapi tantangan, sehingga memungkinkan generasi muda untuk mengatasi tekanan serta kejadian buruk yang terjadi.

Remaja yang memiliki resiliensi baik akan berkembang menjadi orang dewasa yang tangguh, sedangkan mereka yang kurang resilien akan mengalami kesulitan dalam bangkit dari permasalahan serta kurang mampu mengendalikan diri (Nirmalasari & Yuliasari, 2024). Resiliensi akademik dianggap penting karena memungkinkan siswa untuk mengatasi tekanan serta berbagai permasalahan, kemudian bangkit dan meraih keberhasilan. Penelitian yang dilakukan oleh Gordon menyatakan konsep tentang resiliensi akademik telah berkembang sejak tahun 1995, siswa dengan tingkat resiliensi akademik cenderung berbeda dibandingkan siswa yang tidak mempunyai resiliensi akademik (Dwi, 2021). Di Indonesia, pembahasan mengenai resiliensi akademik telah menjadi topik yang sering diperbincangkan. Siswa dengan tingkat resiliensi akademik tinggi cenderung memperoleh pencapaian belajar lebih maksimal dibandingkan dengan individu yang tingkat resiliensi akademiknya lebih rendah.

Selain itu, mereka dapat menghadapi tantangan, pulih dari kesulitan, serta mencapai target pembelajaran yang telah ditetapkan (Simorangkir, Simarmata & Sembiring, 2022). Saat menghadapi berbagai tantangan dalam

proses pembelajaran, siswa yang memiliki resiliensi akademik yang baik mampu mengidentifikasi akar permasalahan, menentukan strategi yang sesuai, dan meraih kesuksesan. Sebaliknya, siswa dengan tingkat resiliensi akademik yang rendah cenderung mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan tantangan, lebih mudah menyerah, dan berisiko mengalami kegagalan dalam bidang akademik. Setiap siswa membutuhkan ketahanan diri agar dapat mengembangkan kemampuan akademiknya secara optimal serta mengurangi tekanan akademik yang dirasakan. Ketika seorang siswa memiliki kemampuan akademik yang baik, ia akan lebih mudah beradaptasi dengan berbagai tantangan yang dihadapinya (Hendriani, 2018). Resiliensi akademik terjadi ketika seseorang mampu memanfaatkan kekuatan internal dan eksternal untuk menghadapi hambatan serta pengalaman negatif selama proses belajar. Selain itu, resiliensi akademik berperan sebagai sumber daya yang mendukung perkembangan siswa secara maksimal, memungkinkan mereka untuk beradaptasi dengan baik di lingkungan sekolah (Choi, S. dkk., 2023).

Penulis melakukan studi pendahuluan dengan mewawancarai tiga siswa kelas X pada tanggal 24 Maret 2025 melalui aplikasi WhatsApp. Salah satu siswa, H, menyampaikan bahwa “ia mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas secara bersamaan dan merasa kurang yakin dengan hasil yang diperoleh. siswa H menyampaikan bahwa “merasa tidak cukup pintar yang membuat saya tidak akan pernah bisa mencapai hasil yang baik”, dan siswa B menyampaikan bahwa “ekspektasi tinggi dari orang tua

untuk meraih prestasi akademik yang baik membuat saya kehilangan minat dalam belajar”. Dari wawancara dengan ketiga siswa, dapat disimpulkan bahwa tantangan utama dalam resiliensi akademik meliputi kesulitan dalam mengelola tugas secara bersamaan, kurangnya kepercayaan diri terhadap kemampuan akademik, serta tekanan dari ekspektasi orang tua yang berdampak pada menurunnya minat belajar.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penting untuk melihat bagaimana beberapa siswa mengalami kesulitan beradaptasi, yang pada akhirnya dapat memengaruhi nilai akademik mereka. Adaptasi yang kurang baik dapat menyebabkan hambatan dalam proses belajar, menurunkan motivasi, dan meningkatkan stres, sehingga berdampak pada pencapaian akademik mereka. Dukungan sosial dari teman sebaya memegang peranan krusial dalam membantu siswa mengatasi kesulitan akademik. Dukungan ini bisa berupa informasi, persahabatan, bantuan nyata, maupun dukungan emosional yang dapat meningkatkan rasa percaya diri, motivasi, dan kemampuan mereka dalam mengatasi kesulitan belajar. Dengan adanya dukungan sosial yang kuat, siswa lebih mudah beradaptasi dan mempertahankan resiliensi akademiknya.

Sebagai lingkungan yang berperan dalam perkembangan individu, dunia pendidikan memiliki keterkaitan yang kuat dengan interaksi bersama teman sebaya. Menurut Tracy dan Whittaker (1990), dukungan sosial teman sebaya adalah suatu tindakan di mana seseorang memberikan pertolongan atau dukungan kepada individu lainnya. (Perdana Putra & Widyana, 2020).

Dukungan ini dapat terwujud dalam berbagai kegiatan bersama teman sebaya, seperti saling membantu dan bekerja sama. Hubungan tersebut turut berperan dalam memengaruhi motivasi belajar seseorang maupun siswa (Setriani, Ishar & Zahra, 2021). Sementara itu, menurut Sarafino (Yara, Yuliasari, & Sulistiono, 2023), dukungan sosial merupakan bentuk bantuan dari lingkungan eksternal yang berperan dalam mendukung individu dalam menjaga motivasi dan bahkan dapat menjadi sumber dorongan bagi sebagian.

Menurut Yuliasari (2020), secara tidak langsung, siswa dapat mengatasi persoalan yang lebih kompleks. Maka dari itu, kehadiran teman sebaya yang dapat memberikan informasi terkait perkembangan remaja menjadi sangat penting. Teman sebaya berperan sebagai wadah bagi remaja untuk bersosialisasi dalam lingkungan yang mereka bentuk sendiri. Melalui interaksi dengan kelompok sebaya, individu memperoleh umpan balik mengenai kemampuan yang mereka miliki. Selain itu, remaja juga dapat mengekspresikan diri secara lebih bebas ketika berinteraksi dengan teman sebaya.

Dukungan sosial teman sebaya merujuk pada persepsi individu terhadap bantuan atau dorongan positif yang diberikan oleh rekan sebaya dengan usia atau tingkat kedewasaan yang sepadan, sehingga individu merasa dihargai, diperhatikan, serta diterima dengan baik (Surasa & Murtiningsih, 2021). Dukungan sosial teman sebaya dapat diklasifikasikan ke dalam beberapa kategori, seperti dukungan emosional, penghargaan, bantuan instrumental,

informasi, serta jaringan sosial. Dukungan emosional mencakup bantuan yang diberikan dengan cara menunjukkan empati, perhatian, dan kepedulian terhadap orang lain. Bentuk dukungan ini dapat berupa tindakan seperti memberikan kasih sayang, menunjukkan kepedulian, dan mendengarkan secara penuh perhatian. Sedangkan dukungan penghargaan berkaitan dengan pemberian umpan balik positif terhadap peran sosial seseorang agar mereka merasa dihargai, termasuk penerimaan dari teman sebaya dan penilaian yang positif. Di sisi lain, dukungan instrumental fokus pada pemberian bantuan nyata berupa barang atau layanan yang membantu menyelesaikan masalah, misalnya bantuan finansial atau pinjaman. Dukungan informasi disampaikan melalui nasihat, rekomendasi, atau petunjuk dapat memudahkan individu dalam mengatasi masalahnya. Terakhir, dukungan jaringan sosial memberikan rasa kebersamaan dengan orang lain yang memiliki pengalaman, minat, atau kegiatan sosial yang sama (Sarafino & Smith, 2011).

Salah satu dampak dari dukungan ini adalah pengaruhnya terhadap akademik siswa. Hal tersebut terlihat melalui adanya rasa empati, perhatian, motivasi, serta dorongan yang diberikan kepada teman sebaya. Setiap siswa membutuhkan emosi dalam interaksi mereka dengan sesama (Peraturan Menteri Pendidikan, 2020). Saat teman sebaya menunjukkan empati, perhatian, motivasi, dan dorongan, siswa cenderung lebih mampu menghadapi tantangan dalam mencapai kematangan akademiknya. Sebaliknya, tanpa adanya dukungan berupa empati, perhatian, motivasi, dan

dorongan, siswa mudah menyerah dan mengalami tantangan akademik. Selain itu, berbagai informasi yang berkaitan dengan rekan sebaya, terutama dalam aspek akademik, dapat mendukung mereka dalam membuat keputusan yang lebih tepat terkait pendidikan dan karier di masa depan.

Berdasarkan permasalahan yang telah dijelaskan, peneliti menetapkan siswa kelas X di SMA Negeri 1 Mertoyudan sebagai fokus penelitian. Pemilihan tersebut dilakukan karena siswa pada jenjang ini sedang menghadapi masa transisi yang penting dengan peningkatan tuntutan akademik. Oleh karena itu, dalam penelitian ini, peneliti berusaha mengkaji keterkaitan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik pada siswa kelas X serta mengukur kontribusi dukungan sosial tersebut dalam meningkatkan ketahanan akademik mereka.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji keterkaitan antara dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Mertoyudan.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan dan memperluas ruang lingkup kajian di bidang psikologi, khususnya psikologi pendidikan dan sosial. Selain itu, temuan dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan maupun bahan pertimbangan

untuk penelitian selanjutnya yang berfokus pada dukungan sosial teman sebaya dengan resiliensi akademik.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini bermanfaat bagi para peneliti dengan memperluas pemahaman tentang pentingnya dukungan sosial dari teman sebaya memperkuat resiliensi akademik siswa. Selain itu, hasil penelitian ini juga memberikan kontribusi signifikan di bidang pendidikan, sosial, dan psikologi, terutama dalam menggali bagaimana interaksi sosial dapat membantu siswa mengatasi tantangan dalam proses belajar.

b. Bagi Pihak Sekolah

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi atau bahan perbandingan serta sebagai dasar awal dalam mengumpulkan data yang valid untuk mengatasi masalah yang berkaitan dengan dukungan sosial dari teman sebaya dan resiliensi akademik di SMA Negeri 1 Mertoyudan, sehingga memberikan keuntungan bagi para siswa.

c. Bagi Subjek Penelitian

Penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan kesadaran siswa akan pentingnya peran dukungan sosial dari teman sebaya dalam mendukung keberhasilan akademik. Dengan pemahaman yang lebih baik, siswa diharapkan dapat lebih menghargai kontribusi lingkungan sosial dalam proses pembelajaran mereka. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk memotivasi siswa agar mampu beradaptasi secara

positif menghadapi berbagai tantangan akademik dengan mengandalkan dukungan emosional, dorongan semangat, serta bantuan praktis dari teman sebaya untuk memperkuat resiliensi akademik mereka.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk para peneliti yang tertarik mempelajari lebih jauh mengenai penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi yang berguna terkait hubungan antara dukungan sosial dari teman sebaya dan resiliensi akademik, khususnya pada siswa.

D. Keaslian Penelitian

Beragam penelitian telah meneliti keterkaitan antara dukungan sosial teman sebaya dan resiliensi akademik, namun dengan penekanan pada berbagai variabel yang berbeda.

Salsabila dan Fitriani (2023), melakukan penelitian dengan judul “Regulasi Emosi Ditinjau Dari Dukungan Sosial Teman Sebaya Pada Siswa SMP” yang menggunakan metode kuantitatif serta pendekatan korelasional. Sampel penelitian ini berjumlah 150 siswa dari Sekolah Menengah Pertama X, yang dipilih melalui teknik *Cluster Random Sampling*. Pengukuran dilakukan dengan menggunakan instrumen berupa skala likert. Dalam studi ini, dukungan sosial teman sebaya berfungsi sebagai variabel bebas, sedangkan regulasi emosi menjadi variabel terikat.

Rahayu, Setyowati & Fitriani (2023) dengan judul penelitian “Peran Resiliensi Dalam Memediasi Hubungan Antara Persepsi Dukungan Sosial Dosen Pembimbing Dengan Prokrastinasi Akademik Selama Mengerjakan

Skripsi”, dengan metode kuantitatif dan menggunakan adaptasi skala resiliensi dari *The Resilience Scale* yang mengukur lima aspek resiliensi dan skala prokrastinasi akademik yang diadaptasi dari Arum. Penyebaran skala dilakukan kepada mahasiswa sebanyak 172. Adapun teori yang digunakan peneliti adalah teori resiliensi Wagnild and Young (1993) sedangkan prokrastinasi menggunakan teori Tuckmen (1991). Temuan penelitian menunjukkan bahwa persepsi mahasiswa mengenai dukungan sosial dari dosen pembimbing memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku prokrastinasi akademik, di mana resiliensi berperan sebagai variabel mediasi dalam hubungan tersebut.

Hidayati dan Anggraeni (2024) melakukan studi dengan judul “Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Resiliensi Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Rantau Tahun Pertama” di Universitas Muhammadiyah Malang, melibatkan sebanyak 395 peserta. Penelitian ini menggunakan tiga alat ukur untuk variabel yang diteliti, yaitu *Perception of Academic Stress Scale* yang dikembangkan oleh Bedewy & Gabriel (2015) dengan 18 item untuk menilai tingkat stres akademik. Skala dukungan sosial dari teman sebaya disusun berdasarkan teori Zhang, dkk (2022), sementara resiliensi diukur menggunakan *Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)* versi Connor dan Davidson (2003) yang terdiri dari 25 pernyataan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya dan resiliensi tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap stres akademik pada mahasiswa rantau tahun pertama.

Putri, Pratiwi, dan Anggraini (2021) berjudul “Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Karyawan Yang Mengalami PHK Dimasa Pandemi Covid-19”, menggunakan metode kuantitatif dengan teknik *Purposive Sampling*. Sampel penelitian terdiri dari 150 karyawan terdampak pemutusan hubungan kerja (PHK). Instrumen yang dipakai meliputi skala resiliensi yang dikembangkan oleh Wagnild dan Young (1990) dengan 60 item pernyataan, serta skala dukungan sosial yang disusun berdasarkan aspek-aspek dukungan sosial menurut Sarafino dan Smith (2011), yang berjumlah 48 item. Landasan teori penelitian ini mengacu pada konsep resiliensi dari Wagnild dan Young (1990) serta teori dukungan sosial dari Sarafino dan Smith (2011). Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan tingkat resiliensi pada karyawan yang mengalami PHK.

Zellawati dan Amalia (2022) dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Narapidana Dirumah Tahanan Direktorat Perawatan Tahanan Dan Barang Bukti Kepolisian Daerah Jawa Tengah”, menggunakan metode kuantitatif. Studi ini didasarkan pada teori resiliensi dari Connor dan Davidson (2003), serta konsep dukungan sosial yang merujuk pada teori House (Smet, 1994). Kedua konsep tersebut dikembangkan menjadi instrumen berupa 20 item untuk mengukur resiliensi dan 24 item untuk mengukur dukungan sosial. Penelitian ini melibatkan sebanyak 65 narapidana sebagai responden. Temuan penelitian

mengungkapkan bahwa terdapat hubungan positif yang bermakna antara dukungan sosial dengan tingkat resiliensi pada narapidana.

Berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya, peneliti melihat tidak hanya adanya kesamaan penelitian dengan peneliti yang sebelumnya, oleh karena itu terdapat beberapa perbedaan yaitu:

1. Keaslian Topik

Dalam penelitian ini mengangkat topik yang berbeda dari studi-studi sebelumnya yang telah dijelaskan, dengan fokus utama pada aspek “Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Resiliensi Akademik Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Mertoyudan”. Dalam penelitian ini, variabel dependen yang digunakan adalah resiliensi akademik, sementara pada penelitian terdahulu seperti yang dilakukan oleh Salsabila dan Fitriani (2023), variabel dependen yang digunakan adalah regulasi emosi.

2. Keaslian Teori

Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan teori yang berbeda dibandingkan dengan studi sebelumnya. Pada penelitian terdahulu, seperti yang dilakukan oleh Hidayati & Anggraeni (2024), terdapat tiga variabel utama, dengan dukungan sosial dari teman sebaya sebagai variabel independen yang diambil dari teori Zhang, dkk (2022). Sedangkan variabel resiliensi dalam penelitian tersebut merujuk pada teori Connor dan Davidson (2003), yang mengembangkan *Connor Davidson Resilience Scale (CD-RISC)*. Sementara itu, dalam penelitian

ini, stres akademik dijadikan sebagai variabel dependen yang diukur berdasarkan teori Bedewy & Gabriel (2015) menggunakan instrument *Perception of Academic Stress Scale*.

3. Keaslian Alat Ukur

Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel resiliensi akademik adalah *The Academic Resilience Scale* (ARS-30), yang dikembangkan berdasarkan beberapa aspek teori Cassidy (2016). Sementara itu, penelitian yang dilakukan Rahayu, Setyowati, dan Fitriani (2023), alat ukur yang dipakai adalah *The Resilience Scale* yang dibuat oleh Wagnild dan Young (1993).

4. Keaslian Subjek Penelitian

Dalam penelitian sebelumnya, seperti yang dilakukan oleh Rahayu, Setyowati, & Fitriani (2023), partisipan yang digunakan adalah mahasiswa yang tengah mengerjakan penulisan skripsinya. Sementara itu, pada penelitian Putri, Pratiwi, dan Anggraini (2021), subjek yang diteliti adalah para karyawan yang mengalami pemutusan hubungan kerja (PHK). Selanjutnya, pada penelitian Zellawati dan Amalia (2022) menggunakan subjek narapidana. Sedangkan peneliti menggunakan subjek seluruh siswa SMA kelas X sehingga terdapat perbedaan antara kriteria subjek yang digunakan.

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan, dapat disimpulkan bahwa penelitian ini berbeda dari penelitian-penelitian sebelumnya, baik dari segi keaslian topik, teori dasar yang digunakan, instrumen pengukuran,

maupun subjek yang diteliti. Oleh karena itu, penelitian “Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Resiliensi Akademik Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Mertoyudan” merupakan karya orisinal yang dihasilkan oleh peneliti.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA