

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Siswa merupakan peserta didik yang sedang menempuh pendidikan dibangku sekolah. Siswa SMA memiliki beberapa tuntutan pembelajaran seperti harus menyelesaikan seluruh program pembelajaran mulai dari semester satu sampai semester enam dengan dibuktikannya melalui rapor siswa dan dengan nilai minimal atau rata-rata nilai satuan pendidikan tersebut. Ketika memasuki jenjang sekolah akhir yaitu SMA dan naik ke kelas XII maka para siswa seharusnya akan mulai memikirkan kelanjutan pendidikan ditingkat yang lebih tinggi seperti perguruan tinggi yang disebut juga dengan universitas, hal yang perlu dipikirkan diantaranya mulai dari memilih kampus yang akan ditempuh dan juga menentukan jurusan yang akan diambil. Namun pada kenyataannya tidak semudah itu dikarenakan masih kerap didapati maraknya kasus bunuh diri dikalangan siswa seperti salah satu kasus yang diungkapkan oleh tvnews.com yaitu seorang siswa bunuh diri diduga karena stres tugas sekolah.

Siswa memiliki masalah tersendiri, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Putri dan Hanifah (2018) permasalahan-permasalahan yang kerap terjadi seperti prestasi belajar rendah, kurang berminat pada pelajaran tertentu, berselisih dengan guru, bertengkar, tidak menaati peraturan, membolos, terlambat datang ke sekolah, dan merokok. Siswa SMA yang berada di Yogyakarta memiliki tekanan akademik yang cukup tinggi

dikarenakan Yogyakarta sebagai kota pelajar yang memiliki ekspektasi tinggi dari lingkungan sosial maupun keluarga untuk berhasil dalam bidang pendidikan, sehingga membuat tekanan akademik siswa menjadi semakin berat. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Tamimi, Herardi dan Wahyuningsih (2020) didapati bahwa 63,47% siswa SMA mengalami stres di Yogyakarta. Sedangkan pada hasil penelitian oleh Indriati (2021) didapati hasil stres akademik siswa SMK Negeri 1 Godean, Sleman 51,7%.

Siswa pada masa SMA berada pada usia remaja. Menurut Santrock (Yuliasari, 2020) mengatakan masa remaja adalah saat-saat yang diisi oleh konflik dan perubahan *mood* yang tidak menentu. Menurut Mansur (Amdadi, Nurdin, Eviyanti & Nurbaeti, 2021) masa remaja ada tiga bagian, yaitu: masa remaja awal berkisar dari umur 11-13 tahun, masa remaja pertengahan berkisar dari umur 14-16 tahun, masa remaja akhir yang berkisar dari umur 17-20 tahun. Menurut Kemendikbud (Faturrahmansyah & Susilawati, 2022) tentang pendidikan di Indonesia, remaja berusia 17 hingga 18 tahun umumnya merupakan gambaran usia siswa SMA kelas XII. Siswa pada masa ini akan mengalami kesulitan sesuai dengan perkembangannya ketika berada pada fase remaja. Bentuk kenakalan remaja menurut Eliyawati, Yuline dan Purwanti yang kerap dilakukan dalam lingkungan sekolah misalnya merokok, kesiangan masuk sekolah dan membawa *Handphone* ketika proses pembelajaran tanpa sepengetahuan guru.

Stres adalah pikiran-pikiran yang sifatnya mengancam, hal ini timbul karena siswa tidak berhasil dalam menyelesaikan masalah maupun tuntutan yang ada dari lingkungan sehingga memunculkan respon tidak nyaman, perasaan cemas, perasaan yang tidak menyenangkan serta kegelisahan oleh Fink dan Robotham (Harjuna & Magistarina, 2021). Stres yang terjadi pada siswa umumnya berkaitan dengan stres akademik bila dikaitkan dengan masalah dibangku pendidikan dapat ditunjukkan melalui respon karena siswa kurang dapat memahami pelajaran yang diberikan serta ketidakmampuan siswa dalam menyelesaikan himpitan tugas maupun ketentuan yang wajib terpenuhi sebagai syarat kelulusan siswa SMA kelas XII yang dapat menimbulkan perubahan pada pemikiran siswa yang dapat berdampak pada fisik, emosi dan perilaku siswa. Sesuai pada penelitian Rahmawati (Barseli & Nikmarjal, 2017) yang mengemukakan stres akademik adalah reaksi siswa atas berbagai tuntutan yang berawal dari pembelajaran diantaranya yakni syarat naik kelas, menyelesaikan tugas, memperoleh hasil ulangan yang terbaik, pertimbangan dalam memilih jurusan, kepanikan dalam melewati ujian serta tuntutan untuk bisa mengatur jam belajar.

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan pada (23 Februari, 2024) dengan guru BK kelas XII pada salah satu SMA di Yogyakarta dapat peneliti simpulkan bahwa "*Terdapat siswa kelas 12 yang masih banyak mengalami kebingungan dalam menentukan pilihan akan lanjut kemana, selain itu banyak sekali siswa yang suka menunda PR*

sehingga tugas-tugas menjadi menumpuk dan siswa menjadi stres, contoh saja ketika diberikan link untuk mengerjakan tugas, masih banyak siswa yang tidak mengisi”. Hal ini juga sesuai dengan hasil wawancara peneliti dengan 3 orang siswa SMA kelas XII yang dapat peneliti simpulkan yaitu bahwa “Siswa kelas XII memiliki beban pemikiran untuk masa depan dimana mereka memikirkan kebingungan yang sama seperti akan lanjut kemana setelah lulus dan pemikiran negatif terkait akan jadi apa dimasa yang akan mendatang”.

Sejalan dengan hasil wawancara dalam penelitian Syah dan Bantam (2022) bahwa murid kelas XII SMA Muhammadiyah Al Muhajidin Gunungkidul pada Maret 2020, didapati yakni salah satu penyebab permasalahan di kelas XII adalah kebingungan ketika memilih pilihan karir, misal akan langsung bekerja atau keinginan untuk berkuliah. Hal ini menunjukkan bahwa banyaknya tuntutan yang ada pada siswa kelas XII berdampak terhadap kondisi psikologisnya, seperti merasa tertekan, kesulitan berkonsentrasi hingga kurang bersemangat. Kondisi ini merupakan ciri dari stres akademik.

Stres akademik adalah reaksi fisik atau psikis karena ketidakmampuan dalam menyesuaikan perilaku dari serangkaian proses pembelajaran, seperti menulis, dan lain-lain sebagai akibat dari tekanan-tekanan dan ketidaksesuain antara tuntutan yang diterima dengan kemampuan yang dimiliki oleh Aryani (Harjuna & Magistarina, 2021). Daya juang yang tinggi diperlukan untuk menghadapi situasi menekan

seperti ini, siswa harus mampu bertahan dan melewati fase stres, dimana siswa harus dapat menemukan cara positif untuk bangkit.

Setiap individu memiliki hasrat untuk mengatasi kesulitan yang terjadi dalam kehidupannya, begitupun dengan seorang siswa. Siswa diharapkan dapat menyelesaikan tuntutan akademiknya dan menemukan solusi atas kesulitan-kesulitan yang sedang ia hadapi, bukan perihal mengenai kesulitan pada pelajaran saja namun dalam menyelesaikan konflik yang ada didalam perkembangannya sebagai remaja, apabila siswa mampu mengatasi kesulitan yang terjadi, maka ia bisa menyelesaikan tantangan maupun hambatan yang dihadapi sehingga timbul keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki.

Stres akademik memiliki beberapa faktor yang dimana salah satunya ialah meliputi keyakinan diri siswa ketika mengalami kesulitan untuk fokus pada saat proses pembelajaran dan menimbulkan pemikiran negatif mengenai dirinya, siswa cenderung merasa bingung, susah fokus, tidak bisa mengingat sesuatu, serta timbulnya pikiran yang tidak biasa dan mendapatkan hasil pengumpulan tugas-tugas yang buruk. Menurut Stoltz (Ilmiah & Utomo, 2020) keyakinan diri merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap terbentuknya *adversity quotient*. Berdasarkan penelitian oleh Verma, Aggarwal dan Bansal (Harjuna & Magistarina, 2021) menemukan bahwa *adversity quotient* berdampak pada kemampuan siswa dalam mengatur dan bekerja efektif saat menghadapi situasi yang tidak menyenangkan atau dalam situasi tertekan.

Siswa yang sedang menempuh pendidikan SMA dalam kurun waktu tiga tahun tentu memiliki tujuan seperti lulus secara tepat waktu dan mendapatkan nilai yang paling baik sesuai dengan apa yang sudah ia usahakan selama sekolah, maka hal ini sesuai dengan kemampuan yang disebut *adversity quotient* adalah kemampuan untuk mengubah hambatan menjadi peluang keberhasilan mencapai tujuan. Menurut Stoltz (Huda & Mulyana, 2018) Ilmu pengetahuan yang membentuk *adversity quotient* diantaranya psikologi kognitif, dengan pendekatan kognitif tingkah laku merupakan hasil dari pemrosesan informasi yang terjadi di dalam diri manusia, pikiran manusia secara aktif akan memproses informasi yang masuk kemudian diubah menjadi sesuatu bermakna yang digunakan otak dan akan diproses ketika diperlukan. Respon siswa terhadap masalah mempengaruhi semua segi efektivitas, kinerja dan kesuksesan.

Adversity quotient memberikan dorongan dalam diri siswa berupa pandangan positif akan masa depan sehingga seharusnya dampak dari stres akademik dikarenakan tugas sekolah seperti diatas dapat teratasi. Siswa yang memiliki pandangan yang positif tidak akan memilih langkah yang keliru ketika mengalami stres. Siswa dengan *adversity quotient* yang rendah mempunyai kecenderungan untuk melihat kesulitan sebagai ancaman yang dapat menghancurkan. Sedangkan siswa yang mempunyai *adversity quotient* tinggi memiliki kemampuan dalam melihat kesulitan sebagai tantangan yang dapat diatasi.

Hubungan antara *adversity quotient* dan stres akademik, ada beberapa elemen yang mempengaruhi siswa ketika mereka menghadapi kesulitan atau masalah yang berkaitan dengan pendidikan. Dua dari faktor-faktor ini adalah kemampuan siswa untuk mengatasi tantangan dan ketahanan siswa dalam menghadapi tantangan. Sesuai pada penelitian sebelumnya oleh Nurani (Supradewi, 2021) yaitu didapati bahwa semakin tinggi *adversity quotient* yang dimiliki siswa maka semakin rendah stres akademiknya. Siswa dengan *adversity quotient* yang tinggi akan mengerahkan seluruh kemampuan yang dimiliki pada hasil terbaik. Siswa akan melakukan yang terbaik dalam menyelesaikan tugas, termasuk dalam pembelajaran dan dalam mengoptimalkan kesempatan yang ia miliki, sehingga apabila *adversity quotient* ini dimiliki oleh siswa, mereka dapat termotivasi untuk memanfaatkan kesempatan dan bertindak secara aktif, sehingga mereka tidak akan merasa terbebani atau tertekan saat menghadapi tantangan oleh Novilita dan Suharnan (Bakhtiar, Razak & Nurdin, 2022).

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk mengkaji hubungan antara *adversity quotient* dengan stres akademik pada siswa SMA kelas XII di kota Yogyakarta. Diharapkan bahwa penelitian ini akan memberikan gambaran mengenai hubungan antara kedua variabel tersebut, sehingga dapat memberikan informasi bagi pihak-pihak terkait dalam upaya mengurangi stres akademik pada siswa.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara *adversity quotient* dengan stres akademik pada siswa SMA kelas XII di kota Yogyakarta.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan akan meningkatkan dan memberikan kontribusi ilmiah kepada ilmu psikologi pendidikan, khususnya mengenai variabel stres akademik dan *adversity quotient* pada siswa.

2. Manfaat Praktis

- a) Bagi siswa, diharapkan dapat menghadirkan gambaran terkait dengan stres akademik yang terjadi dan diharapkan mampu membuka wawasan bagi siswa untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi.
- b) Bagi sekolah, diharapkan dapat memberikan pertimbangan tugas ataupun tuntutan pelajaran yang sesuai dengan kapasitas siswa untuk mengurangi terjadinya stres akademik pada siswa.
- c) Bagi peneliti, diharapkan dapat meningkatkan wawasan pengetahuan tentang penelitian dengan menggunakan metode kuantitatif.

D. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini dapat dilihat dari beberapa penelitian sebelumnya yang sudah pernah dilakukan dengan membahas variabel yang

sama yaitu mengenai stres akademik dan *adversity quotient*, akan tetapi selama peneliti memilih dan memilah beberapa sumber referensi, namun masih jarang dan sedikit penelitian yang memaparkan serta judul penelitian ini tidak atau belum ada yang sama dengan penelitian terdahulu. Penelitian terdahulu yang sudah dilakukan sebelumnya antara lain:

Putri, Zulharman dan Firdaus (2015) dengan judul Hubungan *Adversity Quotient* dengan Tingkat Stress Akademik pada Dokter Muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau. Responden dalam penelitian ini 145 dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Riau. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelatif dengan pendekatan *cross sectional* bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *adversity quotient* dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa universitas Riau. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan kuosioner *adversity quotient* berdasarkan teori *Medical Student Stressor Questionnaire* (MSSQ) dengan menggunakan kuesioner online. Hasil dari penelitian ini terdapat korelasi negatif antara *adversity quotient* dengan tingkat stres akademik pada mahasiswa Universitas Riau dengan $r = 0,558$, $r\ square\ 0,311$ dan $p\ value = 0,000$

Irlaks, Murni dan Liza (2020) dengan judul Hubungan antara Stres Akademik dengan Kecenderungan Gejala Somatisasi pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2015. Responden penelitian adalah 100 orang mahasiswa program studi kedokteran tingkat akhir Fakultas Kedokteran

Universitas Andalas Angkatan 2015. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif analitik dengan desain cross sectional, yang bertujuan untuk menentukan hubungan antara stres akademik dengan kecenderungan gejala somatisasi pada mahasiswa program studi kedokteran tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2015. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner *Medical Student Stress Questionnaire (MSSQ)* dan *The Somatic Symptom Scale - 8 (SSS-8)*. Data dianalisis menggunakan uji *bivariat Fisher's exact*. Hasil penelitian ini terdapat hubungan yang bermakna antara stres akademik dengan kecenderungan gejala somatisasi pada mahasiswa program studi kedokteran tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2015.

Mahmudah dan Zuhriah (2021) dengan judul *Konsep Adversity Quotient (AQ) dalam Menghadapi Cobaan : Ditinjau Dari Perspektif Al-qur'an Dan Hadis*. Metode yang digunakan adalah studi kepustakaan. Dalam penelitian ini, sumber data diperoleh dari literatur yang relevan seperti buku, jurnal, atau artikel ilmiah yang berkaitan dengan topik yang dipilih. Tujuan dari penelitian ini tujuan adalah untuk mengetahui konsep *adversity quotient* dalam menghadapi cobaan dari perspektif Al-Qur'an dan Hadist. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsep *adversity quotient* dalam menghadapi cobaan jika dilihat dari perspektif Al-Qur'an dan Hadits memiliki relevansi dengan unsur-unsur yang terkandung dalam sikap sabar.

Andriati, Indah dan Yunita (2020) dengan judul *Determinan Adversity Quotient dan Kemampuan Berpikir Kritis dengan Stres Ppada*

Mahasiswa yang Sudah Bekerja. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 96 mahasiswa di STIKes Widya Dharma Husada Tangerang Tahun 2020. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *adversity quotient* dan kemampuan berpikir kritis dengan stres pada mahasiswa program keperawatan di STIKes Widya Dharma Husada Tangerang yang sudah bekerja. Metode penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Hasil penelitian diperoleh bahwa responden memiliki *adversity quotient* sedang sebanyak 48 responden (50%), responden yang berpikir kritis kurang baik sebanyak 61 responden (63,5%). Hasil uji statistik diperoleh, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *adversity quotient* dengan stres ($p\text{-value}=0,004$), dan kemampuan berpikir kritis dengan stres ($p\text{-value}=0,015$).

Yanny, Hutabarat dan Panjaitan (2022) judul Sosialisasi Manajemen Stres Bagi SMK S Parulian I Medan. Penelitian ini dilakukan di SMKS Perulian I Medan dan siswa yang mengikuti kegiatan ini berjumlah 26. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman pada siswa mengenai manajemen stress. Metode penelitian ini dengan menggunakan pelaksanaan sosialisasi sehingga mendapatkan hasil penelitian berdasarkan kuosioner yang disebar yaitu terlihat bahwa siswa siswi SMKS I Parulian sudah mulai memahami cara pengendalian stress yang disebabkan beban tugas yang diberikan oleh guru, bahaya stress saat belajar daring, bahkan mereka menginginkan kegiatan seperti ini rutin dilakukan sebagai tambahan ilmu bagi siswa.

Aini dan Mukhlis (2020) judul Analisis Kemampuan Pemecahan Masalah pada Soal Cerita Matematika Berdasarkan Teori Polya Ditinjau dari *Adversity Quotient*. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kemampuan pemecahan masalah siswa pada mata pelajaran sistem persamaan linear tiga variabel berdasarkan teori Polya ditinjau dari *Adversity Quotient*. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif dengan subjek tiga orang siswa kelas X IPA 1 SMAN Arjasa Jember. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah angket, tes, wawancara dan observasi. Uji validitas yang digunakan adalah triangulasi teknis. Data dianalisis melalui kondensasi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa dengan tipe climbing mampu memenuhi seluruh indikator pemecahan masalah pada soal kata yang meliputi indikator memahami masalah, merencanakan penyelesaian, melaksanakan rencana penyelesaian dan memeriksa ulang. Siswa tipe camper memenuhi seluruh indikator pemecahan masalah kecuali pada tahap pengecekan ulang. Siswa tipe quitter dalam menyelesaikan soal kata memenuhi tahap memahami masalah dan merencanakan penyelesaiannya, sedangkan tahap melaksanakan rencana dan mengecek ulang tidak terpenuhi oleh siswa tipe quitter.

1. Keaslian Topik

Berdasarkan penelitian sebelumnya, penelitian yang akan peneliti lakukan berjudul “Hubungan Antara *Adversity Quoetient* dengan Stres Akademik pada Siswa SMA Kelas XII Di Yogyakarta”. Perbedaannya

peneliti ingin fokus untuk mengetahui hubungan antar variabel pada siswa SMA kelas XII yang berada di Yogyakarta.

2. Keaslian Teori

Penelitian ini menggunakan teori stres akademik yang dikemukakan oleh Gadzella dan Masten dan *adversity quotient* menggunakan teori Stoltz. Pada penelitian sebelumnya menggunakan teori stres akademik yang berbeda, seperti pada penelitian Yanny, Hutbarat dan Panjaitan (2022) menggunakan teori stres akademik oleh Bariyyah dan Latifah. Kemudian pada penelitian lain yaitu Aini dan Mukhlis (2020) menggunakan teori *adversity quotient* oleh Polya sedangkan peneliti menggunakan teori *adversity quotient* oleh Stoltz.

3. Keaslian Alat Ukur

Pada penelitian ini peneliti menggunakan alat ukur stres akademik dari skala Stres Akademik Annisa (2023) berdasarkan teori dan aspek Gadzella dan Masten. Selanjutnya alat ukur *adversity quotient* peneliti menggunakan skala *adversity Quotient* dari Raya (2022) berdasarkan teori dan aspek Stoltz. Penelitian sebelumnya menggunakan alat ukur yang berbeda, seperti pada penelitian Irlaks, Murni dan Liza (2020) menggunakan instrumen *Medical Student Stress Questionnaire (MSSQ)* dan *The Somatic Symptom Scale - 8 (SSS-8)*, pada Putri, Zulharman dan Firdaus (2015) menggunakan skala *adversity quotient* yang disusun berdasarkan teori *Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ)*.

4. Keaslian Subjek Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan responden siswa SMA kelas XII di Yogyakarta. Sedangkan pada penelitian terdahulu menggunakan responden berbeda-beda, seperti pada penelitian Mahmudah dan Zuhriah (2021) menggunakan studi literatur, pada penelitian Andriati, Indah dan Yunita (2020) menggunakan mahasiswa yang sudah bekerja.

Berdasarkan paparan di atas maka disimpulkan bahwa, peneliti melaksanakan penelitian yang memiliki kebaruan topik dari segi subjek penelitian dimana peneliti menggunakan subjek siswa SMA kelas XII di kota Yogyakarta dengan mengangkat judul Hubungan antara *Adversity Quotient* dengan Stres Akademik pada Siswa SMA Kelas XII di Kota Yogyakarta.

PERPUSTAKAAN
JENDERAL
YOGYAKARTA