

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Masa remaja merupakan periode yang penting dalam rentang kehidupan, karena dalam masa ini perkembangan fisik dan psikologis berkembang secara cepat terutama pada masa awal remaja. Semua perkembangan tersebut menimbulkan perlunya penyesuaian mental dan pembentukan sikap, nilai dan minat baru (Hurlock, 2017). Masa remaja menurut Santrock (2012) adalah suatu periode transisi dalam rentang kehidupan manusia yang menjembatani masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Desmita (2017) mengatakan bahwa batasan usia remaja yang umum digunakan oleh para ahli adalah antara 12 hingga 21 tahun. Rentang waktu usia remaja dibedakan menjadi tiga, yaitu masa remaja awal 12 hingga 15 tahun, masa remaja pertengahan 15 hingga 18 tahun, dan masa remaja akhir 18 hingga 21 tahun.

Wendari, Badrujaman, dan Sismiati (2016) mengatakan bahwa masa remaja merupakan masa penuh goncangan dan tantangan, suatu periode dimana perubahan fisik, intelektual, dan emosi yang menimbulkan kekecewaan, konflik dan tekanan dalam diri individu. Kriteria individu pada masa remaja bersifat negatif, merasa kebingungan, cemas, takut, gelisah, gelap hati, sedih serta merasa tidak percaya diri mampu melaksanakan tugas-tugas yang diberikan kepadanya (Hamali, 2016). Masa remaja merupakan masa yang penuh dengan permasalahan,

terdapat empat masalah yang mempengaruhi sebagian remaja, seperti masalah penyalahgunaan obat, masalah kenakalan remaja, masalah seksual dan masalah-masalah yang berkaitan dengan sekolah. Sejalan dengan Nasriati (2013) yang mengatakan bahwa remaja adalah masa yang penuh dengan permasalahan dan masa terjadinya krisis identitas, sehingga orang tua sangat diperlukan untuk memantau perkembangan remaja. Remaja sangat membutuhkan bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak untuk menghadapi rencana masa depan, terutama dari orang tua (Desmita, 2016). Sejalan dengan Pahalani (2015) yang mengatakan bahwa remaja membutuhkan perhatian dan kasih sayang dari orang tua untuk menghadapi masalah yang sedang dialaminya.

Suasana dan struktur dalam keluarga sangat mempengaruhi penyesuaian anak terhadap lingkungannya, anak yang di besarkan dalam keluarga harmonis akan memiliki penyesuaian diri yang positif. Akan tetapi pada kenyataannya tidak semua remaja dapat merasakan kasih sayang utuh dari orang tua akibat keluarga yang *broken home*. Sejalan dengan Windari (2017) yang mengatakan bahwa pada kenyataannya dalam sebuah keluarga tidak selalu memberikan dukungan yang baik dalam proses pertumbuhan dan perkembangan seorang remaja, salah satu kondisi keluarga yang kurang memberikan pengaruh positif yaitu *broken home*, baik secara struktural maupun fungsional. *Broken home* merupakan kondisi keluarga yang tidak harmonis dan tidak berjalan seperti layaknya keluarga yang rukun, damai, dan sejahtera akibat seringnya terjadi keributan serta perselisihan yang menyebabkan pertengkaran dan berakhir pada perceraian (Rahmawati, 2015).

Yusuf (dalam Detta & Abdullah,2017) mengatakan bahwa ciri-ciri keluarga *broken home* yaitu (1) kematian salah satu atau kedua orang tua;(2) kedua orang tua berpisah atau bercerai;(3) hubungan kedua orang tua tidak baik;(4) hubungan orang tua dengan anak tidak baik; (5) suasana rumah tangga yang tegang dan tanpa kehangatan;(6) orang tua sibuk dan jarang berada di rumah; (7) salah satu atau kedua orang tua memiliki kelainan kepribadian atau gangguan jiwa. Berdasarkan berbagai uraian di atas, remaja dengan latar belakang *broken home* dalam penelitian ini adalah remaja yang berusia 7 hingga 21 tahun dengan latar belakang keluarga yang kurang harmonis seperti layaknya keluargayang rukun, damai dan sejahtera.

Heryanto (2016) mengatakan bahwa dampak terbesar *broken home* sangat dirasakan oleh anak yang menjadi anggota keluarganya. Anak akan mengalami disorientasi, gagal melakukan proses imitasi dan identifikasi pada lingkungan keluarga serta anak dihadapkan berbagai masalah yang tidak kunjung selesai, baik lingkungannya sendiri maupun di masyarakat. Keadaan *broken home* menurut Islamarida (2018) dikaitkan dengan hasil negatif dalam prestasi akademik, perilaku, penyesuaian psikologis, harga diri dan hubungan sosial. Sejalan dengan Astuti dan Anganthi (2016) yang mengatakan bahwa anak yang hidup di lingkungan keluarga *broken home* berpotensi mengalami banyak permasalahan dalam perkembangan kehidupannya, mulai dari masalah akademik, maupun masalah perkembangan kepribadian.

Broken home memiliki pengaruh besar terhadap perkembangan kesehatan jiwa dan pendidikan anak, diantara dapat menyebabkan anak menjadi pendiam,

rendah diri, nakal berlebih, merasa kehilangan dan prestasi belajar rendah (Yusuf, 2014). Sejalan dengan Damayanti dan Setyawanti (2013) yang mengatakan bahwa remaja yang malas ke sekolah dan sering membolos akibat kurang perhatian dari orang tua karena *broken home*. Dagun (2013) mengatakan bahwa peristiwa keluarga yang bercerai membawa dampak yang sangat mendalam karena menimbulkan stres, tekanan, serta menimbulkan perubahan fisik, dan mental.

Murti (2015) dalam sindonews.com memaparkan bahwa siswa SMP berusia 16 tahun dengan latar belakang *broken home* mengakhiri hidupnya dengan cara bunuh diri diduga karena tidak adanya tempat mengadu untuk permasalahan sekolah yang dialami. Suryaningsih, Kartini dan Karyanta (2016) mengatakan bahwa remaja pada umumnya berstatus sebagai pelajar. Desmita (2017) mengatakan bahwa sekolah dapat menjadi sumber masalah, yang pada gilirannya memicu stres pada pelajar. Stres yang terjadi di lingkungan pendidikan disebut dengan stres akademik (Prasetyawan & Ariati, 2018). Masalah-masalah dalam lingkungan pendidikan yang mengakibatkan tekanan bagi pelajar akan menyebabkan stres akademik (Jacques, 2016). Sejalan dengan Prabu (2015) yang mengatakan bahwa kecemasan dan stres karena banyaknya tekanan-tekanan yang berasal dari sekolah atau pendidikan adalah stres akademik.

Stres akademik diartikan sebagai perasaan tidak nyaman yang bersumber dari *stressor* akademik (proses belajar mengajar atau hal – hal yang berhubungan dengan kegiatan belajar mengajar) yang dinilai menekan sehingga memicu terjadinya ketegangan fisik, psikologis, dan perubahan tingkah laku serta dapat mempengaruhi prestasi belajar (Desmita, 2017). Aspek-aspek stres menurut

Sarafino dan Smith (2012) dibagi menjadi 2, yaitu (1) aspek biologis stres yaitu berupa gejala fisik. Gejala fisik dari stres yang dialami individu antara lain sakit kepala, gangguan tidur, gangguan pencernaan, gangguan makan, gangguan kulit, dan produksi keringat yang berlebihan. (2) Aspek psikososial, gejala psikososial dari stres meliputi gejala kognitif, emosional dan perilaku sosial. Begitu juga dengan aspek stres akademik, namun dalam ranah yang berbeda yaitu pendidikan.

Data dari penelitian sebelumnya, yang dilakukan oleh Majrika (2018) menyebutkan bahwa hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 216 remaja SMA di Yogyakarta yang mengalami stres akademik pada kategori sangat rendah sebanyak 4 subjek (1,85%), kategori rendah 64 subjek (29,63%), kategori sedang 132 subjek (61,11%), kategori tinggi sebanyak 15 subjek (6,94%) dan kategori sangat tinggi sebanyak 1 subjek (0,46%). Sedangkan Namira (2018) dalam penelitiannya mendapatkan hasil bahwa stres remaja SMA pada kategori sangat rendah sebanyak 4 subjek (1,91%), kategori rendah sebanyak 46 subjek (22,01%), kategori sedang sebanyak 14 subjek (67,46%), kategori tinggi sebanyak 14 subjek (6,70%) dan kategori sangat tinggi sebanyak 4 subjek (1,91%). Namira (2018) menyimpulkan bahwa hasil dari kategori penelitiannya stres akademik yang paling tinggi berada pada kategori sedang (67,46%). Berdasarkan dari hasil-hasil data tersebut di atas dapat dikatakan bahwa siswa remaja tidak luput dari stres akibat dari tuntutan akademik.

Berdasarkan hasil wawancara kepada 8 remaja dengan latar belakang *broken home* dengan berbagai tingkat pendidikan, SMP, SMA, serta Perguruan Tinggi di Sedayu dan Sleman, Yogyakarta pada 25 – 29 Oktober 2018. Diperoleh

dari kedelapan remaja dengan latar belakang *broken home* memunculkan aspek-aspek stres akademik yang menunjukkan bahwa remaja dengan latar belakang *broken home* mengalami stres akademik. Berdasarkan wawancara tersebut, remaja yang berstatus mahasiswa dengan latar belakang kedua orang tua bercerai mengatakan bahwa subjek merasa menjadi individu yang menyendiri, emosian, serta merasa tertekan dengan berbagai masalah-masalah akademik tanpa adanya dukungan dari orang tuanya karena orang tua selalu sibuk dan jarang berada di rumah. Akibat dari masalah keluarga dan ditambah dengan masalah pendidikannya, subjek menjadi sulit konsentrasi ketika proses belajar, malas kuliah dan sering membolos. Pernyataan tersebut sesuai dengan aspek stres akademik yaitu gejala pikiran berupa sulit konsentrasi dan gejala emosi berupa mudah emosi dan gejala perilaku berupa lebih senang menyendiri.

Remaja lain dengan status yang sama mengatakan bahwa keluarga kurang memperhatikan bagaimana keadaan perkuliahannya. Subjek mengatakan bahwa tugas yang sulit membuatnya cemas dengan hasil yang akan didapatkannya karena subjek mengerjakan tugas selalu semalam sebelum tugas dikumpul. Wawancara selanjutnya dilakukan kepada siswa SMA dengan latar belakang salah satu dari kedua orang tua meninggal mengatakan bahwa merasa pusing dengan tugas dan PR yang diberikan oleh guru, sering mengantuk dan mudah lupa akibat bosan dengan materi yang lama di jelaskan dalam kelas, subjek merasa tertekan akibat sekolah pulang sampai sore dan malamnya harus mengerjakan tugas dan paginya ada ulangan, serta teman yang membuat subjek kurang nyaman di kelas. Pernyataan tersebut sejalan dengan aspek stres akademik, yaitu aspek biologis berupa sakit

kepala, gejala kognitif berupa mudah mengantuk dan bosan serta hubungan dengan teman sebaya yang kurang baik.

Tidak jauh berbeda, subjek dengan status siswa SMP dengan latar belakang orang tua bercerai mengatakan bahwa merasa tertekan akibat keadaan orangtua yang bercerai dan hubungan dengan orang tua yang tidak baik membuat siswa malas untuk sekolah hingga sering membolos. Tugas-tugas dari guru membuatnya pusing dan malas untuk mengerjakan, serta hubungannya yang tidak baik dengan teman dan guru. Siswa mengatakan pernah disindir guru bahwa subjek adalah anak yang kurang perhatian dari orang tua dan teman yang menyindir siswa tersebut hingga akhirnya bertengkar dan sering masuk BK. Siswa lain dengan latar belakang keluarga bercerai mengatakan malas dalam proses belajar dan sering mengantuk ketika guru sedang menjelaskan materi, merasa lelah dengan jam sekolah yang menurutnya lama. Pernyataan tersebut sesuai dengan aspek stres akademik yaitu aspek biologis berupa pusing karena tugas dan aspek perilaku sosial berupa membolos dan bertengkar dengan teman sebaya.

Berdasarkan data di atas, remaja dengan latar belakang *broken home* dengan ciri-ciri orang tua bercerai, hubungan orang tua dengan anak tidak baik serta orang tua sibuk dan jarang berada di rumah mengalami aspek-aspek stres akademik seperti aspek biologis, gejala kognitif, gejala emosi dan perilaku sosial, sehingga dapat disimpulkan bahwa remaja dengan latar belakang *broken home* mengalami stres akademik.

Desmita (2017) mengatakan bahwa stres akademik dapat menimbulkan dampak, tidak hanya penyesuaian fisiologis, psikologis dan psikososial,

melainkan pada penyesuaian akademis. Individu yang mengalami stres akademik tinggi dapat menimbulkan kemunduran prestasi, tingkah laku maladaptif dan berbagai masalah psikososial lainnya. Selanjutnya Wulandari dan Rachmawati (2014) mengatakan bahwa stres akademik yang berlebihan dapat menyebabkan kehidupan dan aktivitas keseharian terganggu. Rachmawati (2016) mengatakan bahwa dampak dari stres akademik adalah motivasi belajar yang rendah, gagal dalam pelajaran, serta kompetensi yang dimiliki tidak dapat berkembang. Berdasarkan berbagai pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa dampak yang ditimbulkan dari stres akademik adalah aktivitas kehidupan dalam keseharian terganggu, motivasi belajar menjadi rendah, gagal dalam pelajaran, kompetensi yang dimiliki tidak berkembang.

Remaja dengan latar belakang *brokenhome* tidak semuanya mengalami stres akademik. Namun di sisi lain terdapat beberapa siswa yang berasal dari keluarga *broken home* memiliki prestasi akademik yang tinggi (Tumiyem, Daharnis & Alizamar, 2015). Selanjutnya Hardianti (2017) menyimpulkan bahwa perceraian dapat berdampak positif bagi anak, salah satunya yaitu dapat mendorong anak untuk terus berprestasi dalam akademik. Sejalan dengan Hidayatulloh (2010) yang memaparkan hasil observasinya bahwa 4 dari 6 siswa XII MAN Cililin yang orang tuanya bercerai merasa prestasinya menurun, sedangkan 2 siswa lainnya terpacu untuk lebih giat dalam berprestasi.

Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik dari hasil penelitian sebelumnya meliputi efikasi diri, motivasi berprestasi, *adversity quotient*, penyesuaian diri, dan dukungan sosial (Wulandari & Rachmawati (2014); Mulya

& Indrawati (april, 2016); Putri, Zuharman & Firdaus (oktober, 2016); Saniskoro & Akmal (juni, 2017); Majrika (februari, 2018)). Pada penelitian ini, peneliti memilih efikasi diri sebagai faktor yang mempengaruhi stres akademik pada remaja dengan latar belakang *broken home*, karena kondisi keluarga *broken home* akan menyebabkan remaja mengalami stres atau tekanan dalam dirinya yang selanjutnya akan menghambat pengembangan perasaan dan keyakinan dirinya (Mulyana & Purnamasari, 2010).

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti, remaja dengan latar belakang *broken home* merasakan cemas terhadap hasil yang akan didapat karena tidak yakin dengan tugas-tugas yang telah dikerjakan. Keyakinan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah efikasi diri. Efikasi diri sangat berperan penting dalam kehidupan, seseorang akan mampu menggunakan potensi dirinya secara optimal apabila efikasi diri mendukungnya (Rustika, 2012). Selanjutnya Wulandari dan Rachmawati (2014) mengatakan bahwa keyakinan diri atau efikasi diri merupakan salah satu dasar bagi pelajar untuk membantu menghadapi permasalahan. Efikasi diri sangat berperan penting dalam mengurangi tingkat stres akademik (Utami, 2015).

Pelajar yang memiliki efikasi diri tinggi akan mampu secara mandiri untuk menghadapi permasalahan yang ada, termasuk dalam menyelesaikan tugas-tugas sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya (Wulandari & Rachmawati, 2014). Sejalan dengan Goleman (dalam Budiani, 2013) yang mengatakan bahwa seseorang yang memiliki efikasi tinggi akan mengeluarkan usaha yang besar untuk mengatasi tantangan yang dihadapi. Tantangan yang dimaksud dalam

penelitian ini adalah berbagai tekanan dan tuntutan yang dialami remaja *broken home* dalam lingkungan akademiknya.

Hadiwijaya, Fitriyanti, Wuandari, Noviasari, Rini, Ariasti, Trizuliarti dan Ningsih (2015) mengatakan bahwa kemampuan efikasi diri dianggap sebagai salah satu cara untuk mengurangi dampak stres sehingga dapat mengurangi potensi timbulnya stres akademik. Efikasi diri sangat penting bagi remaja *broken home* untuk menghadapi berbagai masalah dan tekanan dalam keluarga maupun lingkungan pendidikannya. Sejalan dengan Detta dan Abdullah (2017) yang memaparkan bahwa efikasi diri merupakan salah satu aspek remaja *broken home* dalam kemampuannya untuk menghadapi berbagai kesulitan dan masalah-masalah dalam kehidupan.

Bandura (1997) mengemukakan bahwa efikasi diri adalah keyakinan seseorang untuk mempergunakan kontrol pribadi pada motivasi, kognisi, afeksi pada lingkungan sosialnya. Seseorang akan mampu menggunakan potensi dirinya secara optimal apabila efikasi diri mendukungnya (Rustika, 2012). Dimensi-dimensi efikasi diri menurut Bandura (1997) yaitu (1) Dimensi tingkat kesulitan (*level*), berkaitan dengan tingkat kesulitan tugas yang harus diselesaikan seseorang seseorang dari tuntutan sederhana, moderat sampai yang membutuhkan performansi maksimal (sulit). (2) Dimensi tingkat generalisasi (*generality*), berkaitan dengan luas bidang tugas yang dilakukan. Generalisasi adalah sejauh mana individu yakin terhadap kemampuannya dalam berbagai tugas. (3) Tingkat kekuatan (*strength*), merupakan dimensi yang berkaitan dengan tingkat kemampuan individu terhadap dimensi yang berkaitan dengan tingkat kemampuan

individu terhadap dimensi yang terkait dengan kekuatan atau kemantapan individu terhadap keyakinannya.

Stres akademik yang dialami remaja *broken home* akibat tekanan-tekanan atau tuntutan akademik akan berkurang ketika individu mampu memiliki keyakinan dari dimensi-dimensi efikasi diri dengan maksimal. Sesuai dengan Permana, Harahap, dan Astuti (2016) yang mengatakan bahwa ketika pelajar yang memiliki efikasi yang baik maka akan memiliki keyakinan pada dirinya dapat berhasil dalam aspek akademisnya. Remaja yang mengalami berbagai gejala stres akademik akibat tekanan atau tuntutan dari lingkungan khususnya pendidikan dapat dicegah jika remaja tersebut memiliki efikasi yang baik. Sejalan dengan Baron dan Byrne (dalam Nurlaila, 2011) yang mengungkapkan jika individu yang memiliki keyakinan mampu menghadapi lingkungannya, maka ketika situasi dan lingkungan yang sedang dihadapi menekan individu tersebut, individu tetap akan merasa tenang dan tidak khawatir, serta dapat berfikir secara jernih.

Penelitian yang dilakukan oleh Wulandari dan Rachmawati (2014) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan sangat signifikan antara efikasi diri dengan stres akademik pada siswa SMA yang mengikuti program akselerasi, dimana semakin tinggi efikasi diri maka stres akademik yang dialami siswa SMA yang mengikuti program akselerasi semakin rendah. Hasil penelitian tersebut sependapat dengan penelitian Utami (2015) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara efikasi diri dengan stres akademik pada siswa kelas XI di MAN 3 Yogyakarta. Penelitian Wulandari dan Rachmawati (2014) mengungkapkan bagaimana hubungan efikasi dengan stres

akademik pada siswa tanpa riwayat pribadi subjek yang spesifik, akan tetapi dalam penelitian ini mengungkapkan tentang bagaimana hubungan efikasi diri dengan stres akademik pada subjek dengan riwayat pribadi lebih spesifik yaitu remaja dengan latar belakang *broken home*. Penelitian ini akan menjawab pertanyaan penelitian oleh Wulandari dan Rahmawati (2014) yang menyarankan untuk memperhatikan riwayat pribadi subyek penelitian.

Berdasarkan penjelasan di atas, menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki hubungan terhadap stres akademik yang dialami remaja dengan latar belakang *broken home*. Dimana remaja dengan latar belakang *broken home* yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan memiliki keyakinan mengenai kemampuannya menyelesaikan masalah-masalah yang akan dihadapinya dalam lingkungan pendidikannya sehingga dapat mengurangi atau mencegah timbulnya stres akademik. Sejalan dengan pernyataan tersebut, Durand dan David (dalam Utami, 2015) mengatakan bahwa efikasi diri dianggap sebagai salah satu kemampuan yang dapat mengurangi stres. Berdasarkan berbagai pernyataan tersebut maka peneliti merumuskan permasalahan dalam penelitian ini yaitu *apakah ada hubungan antara efikasi diri dengan stres akademik pada remaja dengan latar belakang broken home ?*

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan stres akademik pada remaja *broken home* di Yogyakarta. Adapun manfaat yang ingin di ambil dari hasil penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah ilmu di bidang psikologi pendidikan khususnya mengenai stres akademik.
- b. Bagi peneliti berikutnya, dapat digunakan sebagai tambahan acuan, wawasan, masukan serta evaluasi bagi penelitian yang sejenis.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, melalui publikasi dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi masyarakat tentang hubungan antara efikasi diri dengan stres akademik pada remaja dengan latar belakang *broken home*.