

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan di tingkat menengah memiliki peran penting dalam membentuk karakter dan sikap mental siswa. Salah satu aspek yang menjadi perhatian utama dalam pendidikan adalah optimisme siswa, yang berkaitan erat dengan kemampuan mereka untuk mengatasi tantangan dan meraih prestasi secara akademik serta sosial. Optimisme merupakan sikap mental yang mengarah pada harapan positif akan masa depan, keyakinan bahwa tantangan dapat diatasi, dan persepsi positif terhadap diri sendiri (Partono & Rosada, 2020).

Optimisme merupakan sikap positif yang membuat seseorang yakin bahwa segala sesuatu akan berjalan dengan baik, meskipun dihadapkan pada berbagai tantangan atau kesulitan. Dengan adanya optimisme, seseorang akan lebih percaya diri dan optimis dalam menghadapi segala situasi. Optimisme adalah sikap yang selalu merespon secara positif kejadian terjadi (Kuriakose & Intern, 2016). Secara garis besar, optimisme adalah sikap individu terhadap dirinya sendiri ketika menghadapi suatu peristiwa dengan memandang hal-hal yang positif, mudah memahami dirinya sendiri, dan sebagai sarana untuk membantu individu tersebut mencapai tujuannya dengan menunjukkan masa depan yang dipandang sebagai tujuan yang positif. Seseorang yang optimis cenderung tidak akan lari dari masalahnya dan menyalahkan diri sendiri serta tidak fokus pada aspek negatif dari masalahnya. Siswa yang optimis percaya bahwa keadaan buruk atau kegagalan yang dialaminya bersifat sementara dan tidak meluas dan disebabkan oleh lingkungan luarnya (Mariyanti, 2022).

Sikap optimis mendukung individu untuk beralih ke kehidupan yang lebih sukses dalam segala aktifitas, karena orang optimis menggunakan seluruh potensi yang dimiliki sebagai kecenderungan individu untuk percaya pada kemampuan diri sendiri dan selalu berfikir positif (Partono & Rosada, 2020).

Pantang menyerah atau optimisme menerapkan sikap yang mengarahkan pikiran pada hal-hal yang positif dan mendorongnya untuk mencapai hasil yang sebaik mungkin. Pola pikir siswa yang optimis berlawanan dengan pola pikir siswa yang pesimis (Laksmi, 2014).

Individu yang optimis percaya sesungguhnya kondisi buruk atau kegagalan yang di rasakan bersifat sementara, tidak meluas, dan disebabkan oleh lingkungan di luar dirinya. Efek kesehatan mental dari optimisme adalah pengurangan pikiran dan ide bunuh diri, toleransi stres yang baik, memelihara harapan-harapan positif untuk masa depan seseorang, dan gambaran masa depan yang lebih jelas (Wini, 2020). Optimisme sangat diperlukan bagi seseorang yang mengharapkan keberhasilan, kemajuan, dan kesuksesan dalam meraih peluang yang tersedia. Mereka yang optimistis Ketika berada dalam masalah dan mengalami kesulitan akan mampu melihat jalan keluar sebagai pemecahan atas masalah tersebut, sehingga dapat mendorong untuk terus berjuang dan tidak menyerah guna menyelesaikan situasi sulit yang sedang dihadapi.

Dukungan sosial adalah bentuk perhatian, penghargaan, semangat, penerimaan, maupun pertolongan dari orang-orang terdekat, antara lain seperti orang tua, saudara, guru, teman maupun orang lain dengan tujuan membantu seseorang saat mengalami permasalahan (Fani Kumalasari, 2020). Dukungan sosial merupakan bentuk pemberian informasi serta merasa dirinya dicintai dan diperhatikan, terhormat dan dihargai, serta merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan kewajiban timbal balik dari orang tua, kekasih/kerabat, teman, jaringan lingkungan sosial serta dalam lingkungan masyarakat. Aspek-aspek dukungan sosial Menurut Sarafino (Fani Kumalasari, 2020) yaitu, dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan penghargaan. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial menurut Myers (Maslihah, 2011) yaitu, empati, norma-norma dan nilai sosial, pertukaran sosial.

Fenomena yang terjadi pada siswa di SMP Muhammadiyah 1 Seyegan terkait sikap optimisme diketahui melalui wawancara tidak terstruktur kepada guru

bimbingan dan konseling di SMP Muhammadiyah 1 Seyegan pada tanggal 29 November 2023. Hasil yang diperoleh yaitu sikap optimisme yang rendah atau pesimisme terjadi di sekolah dengan sebagian siswa banyak yang pesimis terhadap masalah akademik maupun non akademik, mudah mengeluh, mudah menyerah, kecemasan yang meningkat saat menghadapi persoalan, sering minder, dan ketergantungan sekaligus memperlihatkan ketidakberdayaannya kepada orang lain dalam menyelesaikan suatu masalah.

Masalah yang lain terjadi di sekolah berhubungan dengan optimisme yang rendah. Ada sebagian siswa yang nampak mudah menyerah, hal ini ditandai dengan sering mengeluh, tidak mengumpulkan tugas, dan pasrah dengan nilai yang buruk. Salah satu faktor yang mungkin mempengaruhi adalah dukungan sosial dari teman sebaya dan orang tua yang sangat kurang. Optimisme yang tinggi pada siswa juga dapat menular kepada siswa lain jika saling memberikan dukungan sosial yang positif. Dukungan sosial sebagai suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan atau bantuan yang dirasakan oleh individu dari individu lain atau kelompok (Fani Kumalasari, 2020). Sehingga dukungan sosial yang diterima oleh siswa akan berpengaruh pada optimisme dalam belajar dan menjalani hidup.

Dengan pola pikir tersebut, siswa yang optimis berusaha agar kesalahan yang menimpanya dapat diubah, mendorong dirinya untuk mengatasi kesalahan yang berasal dari lingkungan di luar dirinya, dan memperbaiki kesalahan tersebut agar tidak menjadi permanen dan mendalam. Namun fakta memperlihatkan kejadian sebaliknya masih ada siswa yang mudah putus asa atau pesimis. Individu sering memperlihatkan ketidakberdayaan mereka ketika mereka berada dalam situasi yang agak menegangkan. Kejadian di sekolah membuat sebagian besar siswa merasa kurang aman atau tidak optimis. Misalnya, takut tidak naik kelas, takut tidak lulus, ketidakpastian cita-cita, dan keraguan siswa. Dapat dikatakan bahwa siswa ini harus menerapkan sikap optimis pada diri sendiri siswa tersebut (Hisbullah & Izzati, 2021).

Pola pikir siswa yang optimis berlawanan dengan pola pikir siswa yang mudah menyerah. Siswa yang optimis percaya bahwa keadaan buruk atau kegagalan yang dialaminya bersifat sementara, tidak meluas, dan disebabkan oleh lingkungan di luar dirinya. Dengan pola pikir seperti ini, siswa yang optimis berusaha agar kesalahan yang dibuatnya dapat diubah. Anda mendorong diri sendiri untuk mengatasi kesalahan tersebut agar tidak terjadi terus menerus dan menyeluruh (Usuhulludin & Ponorogo, 2022).

Faktor bawaan dan lingkungan mempengaruhi optimisme. Keturunan adalah tanda pewarisan optimisme dan pesimisme. Faktor lingkungan berarti optimisme dan pesimisme dapat dipelajari dari pengalaman masa lalu, seperti keberhasilan dan kegagalan masa lalu. Melalui model orang tua, individu mendapatkan rasa optimisme dan pesimisme. Hal ini menunjukkan bahwa orang tua memodelkan ciri-ciri dalam hal strategi mengatasi atau pemecahan masalah (Fia Nurul Fauziah & Wahyuni, 2022).

Di sisi lain, dukungan sosial juga memainkan peran krusial dalam perkembangan individu, terutama pada masa remaja. Dukungan sosial dapat berasal dari berbagai sumber, seperti keluarga, teman sebaya, guru, dan lingkungan sekolah. Dukungan ini mencakup aspek emosional, informasional, dan instrumental yang membantu individu dalam menghadapi stres, mengatasi masalah, dan memperkuat kesejahteraan psikologisnya (Bilgin & Taş, 2018).

Dukungan sosial merupakan salah satu fungsi dari ikatan sosial, dan ikatan-ikatan sosial tersebut menggambarkan tingkat kualitas umum dari hubungan interpersonal. Ikatan dan persahabatan dengan orang lain dianggap sebagai aspek yang memberikan kepuasan secara emosional dalam kehidupan individu. Saat seseorang didukung oleh lingkungan maka segalanya akan terasa lebih mudah.

Dukungan sosial menunjukkan pada hubungan interpersonal yang melindungi individu terhadap konsekuensi negatif dari stres. Dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, dicintai,

timbul rasa percaya diri dan kompeten (Kumalasari, 2020). Berdasarkan uraian tersebut disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah dukungan yang diberikan oleh orang lain berupa informasi, emosional, instrumental dan penghargaan yang membuat individu merasa tenang, diperhatikan, dicintai, timbul rasa percaya diri dan kompeten.

Namun, meskipun pentingnya optimisme dan dukungan sosial dalam pembentukan mental siswa telah diakui secara luas, penelitian tentang hubungan antara kedua faktor ini masih terbatas, terutama di lingkungan pendidikan menengah. Adanya hubungan yang telah di buktikan dari penelitian sebelumnya oleh (Jamilah, 2021) telah membuktikan adanya hubungan antara dukungan sosial dan optimisme dalam konteks pengambilan keputusan karir mahasiswa. Namun, keterbatasannya adalah baru ada satu penelitian yang meneliti kedua variabel tersebut, sehingga diperlukan penelitian tambahan sebagai pembanding untuk memahami kontribusi dukungan sosial terhadap tingkat optimisme siswa di sekolah menengah pertama (SMP).

Optimisme siswa di tingkat menengah memiliki peran sentral dalam pembentukan karakter dan kesiapan mental mereka untuk menghadapi tantangan akademik dan sosial. Dukungan sosial dari berbagai sumber, seperti keluarga, teman sebaya, dan lingkungan sekolah, menjadi faktor yang turut memengaruhi tingkat optimisme siswa. Meskipun demikian, penelitian tentang hubungan antara optimisme dan dukungan sosial dalam konteks pendidikan menengah masih memerlukan penelitian lebih lanjut untuk pemahaman yang lebih mendalam. Oleh karena itu maka perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara pengaruh dukungan sosial terhadap optimisme siswa.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka peneliti menemukan identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Siswa masih memiliki sikap pesimis terhadap masalah yang dihadapinya baik dalam akademik maupun non akademik.
2. Siswa sering kali memperlihatkan ketidakberdayaannya ketika dihadapkan pada suatu situasi yang menekannya.
3. Masih terdapat keterbatasan mengenai penelitian tentang pengaruh dukungan sosial terhadap optimisme.
4. Dukungan sosial dapat berperan sebagai pengaruh terhadap optimisme siswa.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, penelitian ini akan memfokuskan pada keterbatasan apakah dukungan sosial dapat mempengaruhi optimisme siswa SMP Muhammadiyah 1 Seyegan.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah, rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Adakah pengaruh dukungan sosial terhadap optimisme siswa SMP Muhammadiyah 1 Seyegan?”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan , tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap optimisme siswa SMP Muhammadiyah 1 Seyegan.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat teoritis

Peneliti berharap bahwa hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan masukan bagi peneliti maupun pembaca lain yang tertarik untuk meneliti lebih jauh terutama pada dukungan sosial dan optimisme.

2. Manfaat praktis

a. Bagi guru

Penelitian mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap optimisme siswa ini dapat dijadikan referensi bagi orang tua dan guru BK BK di sekolah.

b. Bagi siswa

Memberikan pengalaman sekaligus pengetahuan yang bermanfaat.

c. Bagi peneliti

Hasil penelitian dapat menambah wawasan keilmuan peneliti dimana hal ini dapat dijadikan bekal untuk penelitian-penelitian selanjutnya.