

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Remaja merupakan salah satu tahap penting dalam perkembangan manusia. Remaja dikenal sebagai masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Banyak perubahan yang terjadi selama masa transisi ini, baik perubahan yang berasal dari dalam diri sendiri maupun dari luar atau lingkungan sekitar remaja tersebut. Perubahan dari dalam diri meliputi perubahan fisik, kognitif dan emosi, sedangkan perubahan dari luar diri meliputi perubahan pada lingkungan sosial. Adapun kriteria usia masa remaja awal pada perempuan yaitu 13 – 15 tahun dan pada laki-laki yaitu 15 – 17 tahun (Santrock, 2003).

Menurut Jahja (2011) ada beberapa perubahan yang terjadi selama masa remaja salah satunya yakni perubahan emosional. Peningkatan emosional yang terjadi secara cepat pada masa remaja awal yang dikenal sebagai masa storm dan stress. Dari segi kondisi sosial, peningkatan emosi ini merupakan tanda bahwa remaja berada dalam kondisi yang berbeda dari masa-masa sebelumnya. Pada fase ini banyak tuntutan dan tekanan yang ditujukan kepada remaja, misalnya mereka diharapkan untuk tidak lagi bertingkah laku seperti anak-anak, mereka harus lebih mandiri, dan bertanggung jawab. Kemandirian dan tanggung jawab ini akan terbentuk seiring berjalannya waktu.

Agar dapat melakukan sosialisasi dengan baik, remaja harus menjalankan tugas-tugas perkembangan pada usianya dengan baik. Oleh karena itu perlu kemampuan penyesuaian diri, yang meskipun tidak menyolok dapat menimbulkan

banyak tantangan dan gangguan, karena masalah penyesuaian tersebut terasa cukup berat dan pada segi-segi tertentu menimbulkan ketegangan dalam kehidupan remaja pada umumnya (Smetana, dkk 2006).

Kehidupan sosial remaja menuntut individu untuk mampu menyesuaikan diri pada situasi dan lingkungan yang ada di sekitarnya. Individu yang tidak mampu menyesuaikan diri akan menemui kesulitan di lingkungannya. Kesulitan yang dihadapi bukan saja mengenai akademik, tetapi juga di luar akademik. Remaja dalam perkembangannya akan dihadapkan dalam pilihan-pilihan yang menuntutnya untuk mengambil keputusan dan bertanggung jawab atas pilihannya tersebut. Berdasarkan paparan fakta, dapat disimpulkan bahwa remaja ketika dihadapkan pada situasi yang senantiasa menuntutnya untuk bisa menyesuaikan diri pada perubahan yang diakibatkan oleh tahap perkembangan yang memang wajib dihadapinya. Remaja perlu memiliki kemampuan mengatasi kesulitan dan tantangan yang disebut dengan *adversity intelligence/adversity quotient* (Irma, 2016).

Untuk mencapai suatu prestasi belajar yang tinggi tidaklah mudah, akan banyak kesulitan atau kegagalan-kegagalan yang dilewati. Tidak semua siswa mampu melewati kesulitan dan tantangan dalam proses belajar, tentu saja hal ini akan mempengaruhi prestasi belajar yang dicapainya. *Adversity quotient* dibutuhkan untuk mencapai kesuksesan dalam hidup karena seseorang yang memiliki AQ yang tinggi bisa sukses meskipun banyak hambatan menghadang mereka tidak langsung menyerah dan tidak membiarkan kesulitan menghancurkan

impian dan cita-citanya. Remaja yang ber-AQ tinggi akan terus meraih prestasi yang setinggi-tingginya (Zainuddin, 2011).

Menurut Phoolka, dkk (2012) *adversity quotient* merupakan kegigihan individu dalam menghadapi dan mengatasi setiap kesulitan yang terjadi pada dirinya, sehingga *adversity quotient* sering diidentikkan sebagai kekuatan tempur dalam melawan kesulitan. *Adversity quotient* dapat memprediksi ketahanan individu dan dapat digunakan untuk meningkatkan efektivitas hubungan, kelompok, keluarga, komunitas, budaya, masyarakat dan organisasi.

*Adversity quotient* memiliki persamaan dengan *grit* dan resiliensi. *Grit* yang pada dasarnya merupakan kemampuan individu untuk bertahan memperoleh tujuan tertentu selama periode waktu yang diperpanjang (Reed & Jeremiah, 2017). Sedangkan menurut (Luthar, 1993) menyatakan bahwa resiliensi merupakan proses di mana seorang individu mengatasi kesulitan yang signifikan, biasanya dalam bentuk peristiwa yang mengubah kehidupan atau keadaan pribadi yang sulit. Perbedaan yang paling mendasar adalah *grit* dikonseptualisasikan sebagai sifat, sementara resiliensi adalah proses yang dinamis dan *adversity quotient* merupakan kecerdasan.

Stoltz (2000) menjelaskan bahwa *adversity quotient* adalah suatu kemampuan untuk mengubah hambatan menjadi suatu peluang keberhasilan mencapai tujuan. *Adversity quotient* mempengaruhi pengetahuan, kreativitas, produktivitas, kinerja, usia, efikasi diri pengambilan resiko, perbaikan, energi, vitalitas, stamina, kesehatan, dan kesuksesan dalam pekerjaan yang dihadapi.

Adversity quotient yang rendah mengakibatkan seseorang memiliki coping stress yang negatif berdampak ditandai dengan menyalahkan diri sendiri, menahan diri, dan melarikan diri, hal tersebut mengakibatkan individu kesulitan dalam memecahkan masalah yang dihadapinya (Wang,dkk 2001)

Pada umumnya ketika siswa dihadapkan pada kesulitan dan tantangan hidup, mereka menjadi loyo dan tidak berdaya, gampang menyerah sebelum berjuang, inilah tanda-tanda *adversity quotient* yang rendah. Menurut Paul G. Stoltz (2005) bahwa “kesuksesan ditentukan oleh AQ yakni kemampuan bertahan menghadapi kesulitan dan kemampuan untuk mengatasinya”

Pemberitaan di detikNews.com edisi Rabu 02 Mei 2018, memberitakan para remaja yang tinggal di Kecamatan Tompobulu, Maros Sulawesi Selatan, harus berjuang mati-matian untuk menuntut ilmu. Di Desa Bonto Matinggi, puluhan siswa terpaksa berenang di sungai tiap ke sekolah. Sedangkan di Desa lainya ada yang bersekolah di kolong rumah bekas kandang ternak. Remaja di kedua desa tersebut banyak yang memilih putus sekolah karena berbagai alasan dari soal akses hingga biaya. Banyak dari mereka yang memutuskan bekerja membantu orang tua di ladang ataupun di sawah.

Berdasarkan wawancara penulis pada tanggal 9 Juli 2021 dengan subjek pertama berinisial BKO remaja berusia 14 tahun. Subjek adalah anak yang diasuh oleh neneknya. BKO sering merasa bingung terkait masa depannya serta tidak memiliki pandangan yang jelas apa yang menjadi keinginannya. Subjek merasa jika keadaannya berbeda dengan teman-temannya. Subjek merupakan anak yang pemalu, penakut serta tidak percaya diri. Nenek subjek tidak pernah

memberikannya semangat ataupun peduli mengenai sekolah subjek, sehingga subjek tidak memiliki teman bermain di rumah dan di sekolah. Subjek mengaku jika dirinya memiliki kesulitan untuk bergaul dengan teman-temannya, sehingga dirinya dijauhi oleh teman sebaya. Selain itu, subjek merasa tidak yakin dengan kemampuan yang dimiliki. Hal tersebut dirasakan sangat menghambat subjek untuk berkembang dalam mewujudkan keinginannya

Wawancara dengan subjek kedua berinisial ZPA pada tanggal 10 oktober 2021. Subjek adalah remaja putri berusia 14 tahun yang merupakan anak terakhir dari lima bersaudara. Subjek merupakan termasuk siswi berprestasi ketika SD namun prestasinya menurun drastis semenjak memasuki bangku SMP favorit di Kota Pati. Subjek mengaku malu dan minder ketika bergaul dengan teman satu kelasnya karena dirinya merasa satu-satunya yang berasal dari keluarga kurang mampu. Semenjak memasuki bangku SMP dirinya kesulitan untuk beradaptasi dan ragu terhadap dirinya sendiri, subjek merasa tidak pernah yakin dengan keputusannya serta kemampuan intelektual yang dimilikinya. Subjek pun enggan untuk memperlihatkan bakatnya dalam menggambar dengan anggapan hasilnya tidak akan dihargai. Hal tersebut yang membuat subjek tidak lagi berprestasi dan cenderung mendapatkan peringkat bawah di kelasnya. Subjek mengaku enggan mempertahankan prestasinya karena tidak didukung dan tidak mendapatkan dukungan dari orangtuanya. Orangtuanya hanya membiayai sekolahnya dan kurang memperdulikan mengenai apa yang menjadi kendala subjek selama di sekolah. Saat ini tujuan subjek hanya ingin lulus tanpa memperdulikan prestasi dan bakatnya berkembang atau tidak.

Wawancara dengan subjek ketiga berinisial NBP 8 Juli 2021. Subjek adalah remaja berusia 15 tahun, Subjek mengaku stres ketika berada di rumah karena selalu mendengar orangtuanya bertengkar. Subjek selalu berfikir negatif dan tidak yakin dapat melanjutkan pendidikan ke jenjang berikutnya karena ayahnya yang tidak pernah bekerja dan ibunya yang hanya seorang pedagang kecil. Hal tersebut membuat subjek sering mendapatkan nilai kurang baik di sekolah dan cenderung diam ketika bergaul dengan teman sebayanya. Subjek mengaku jika dirinya sudah tidak memiliki keinginan untuk lebih semangat sekolah atau hal lain, karena menurutnya orang tuanya tidak pernah mendukungnya dalam hal apapun. Subjek mengaku tidak ada keinginan untuk memperbaiki prestasi sekolah dan hidupnya.

Salah satu bentuk lingkungan yang diharapkan untuk meningkatkan *adversity quotient* adalah dukungan dari orang lain atau *social support*. Dukungan sosial adalah aspek yang harus ditinjau karena digambarkan sebagai penyangga terhadap *stressor* kehidupan serta agen yang mempromosikan kesehatan dan kesejahteraan (Yasin dan Dzulkifli, 2010). Dukungan sosial sangat penting bagi individu dalam kehidupannya karena dukungan sosial merupakan elemen yang dapat membantu individu untuk mengurangi jumlah stres yang dialami serta membantu individu mengatasi permasalahan dengan lebih baik (Yang dan Jiang, 2020).

Remaja membutuhkan dukungan dari lingkungan. Dukungan sosial yang diterima remaja dari lingkungan, baik berupa dorongan semangat, perhatian, penghargaan, bantuan dan kasih sayang membuat remaja menganggap bahwa

dirinya dicintai, diperhatikan, dan dihargai oleh orang lain. Jika individu diterima dan dihargai secara positif, maka individu tersebut cenderung mengembangkan sikap positif terhadap dirinya sendiri dan lebih menerima dan menghargai dirinya sendiri. Sehingga remaja mampu hidup mandiri ditengah-tengah masyarakat luas secara harmonis (Kartika, D, 1986)

Sarafino (2007) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah suatu kesenangan yang dirasakan sebagai perhatian, penghargaan dan pertolongan yang diterima dari orang lain atau suatu kelompok. Dukungan sosial juga merupakan suatu kumpulan proses sosial, emosional, kognitif, dan perilaku yang terjadi dalam hubungan pribadi, dimana individu merasa mendapat bantuan dalam melakukan penyesuaian atas masalah yang dihadapi (Kloos, dkk., 2012).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Dian, dkk (2012) berjudul “Dukungan Sosial Dan *Adversity Quotient* Pada Remaja Yang Mengalami Transisi Sekolah” menjelaskan bahwa ada hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan *adversity quotient* pada remaja. Sementara itu penelitian yang dilakukan oleh Nurwahidah dan Yuli (2014) berjudul “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Adversity Quotient* Pada Pengguna Narkoba Suntik Yang Sedang Mengikuti Program Terapi Rumatan Metadon” menunjukkan ada hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan dengan *adversity quotient*.

Selain dukungan sosial, penelitian yang dilakukan oleh Wolfolk, (2009) tentang “*Educational Psychology Active Learning*” menjelaskan bahwa setiap diri individu ada keyakinan diri (*self efficacy*) dalam mempengaruhi *adversity quotient*. Zee dan Koomen (2016) menyatakan *self efficacy* adalah suatu

keyakinan atau kepercayaan diri individu mengenai kemampuannya untuk melakukan suatu tugas, mencapai suatu tujuan dan mencapai kecakapan tertentu. Suryadi dan Santoso (2017) menyatakan *self efficacy* adalah suatu keyakinan individu terhadap segala aspek kelebihan yang dimiliki individu yang bertujuan menghasilkan suatu pencapaian. Menurut Afifah (2015) *self efficacy* berhubungan dengan keyakinan bahwa diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan. Menurut Alwisol (2016) mengungkapkan *self efficacy* merupakan penilaian diri, apakah dirinya dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa dirinya dalam mengerjakan sesuai dengan apa yang dipersyaratkan.

Individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi adalah ketika individu tersebut merasa yakin bahwa mereka mampu menangani secara efektif peristiwa dan situasi yang mereka hadapi, tekun dalam menyelesaikan tugas-tugas, percaya pada kemampuan diri yang mereka miliki, memandang kesulitan sebagai tantangan bukan ancaman dan suka mencari situasi baru, menetapkan sendiri tujuan yang menantang dan meningkatkan komitmen yang kuat terhadap dirinya, menanamkan usaha yang kuat dalam apa yang dilakukannya dan meningkatkan usaha saat menghadapi kegagalan, berfokus pada tugas dan memikirkan strategi dalam menghadapi kesulitan, cepat memulihkan rasa mampu setelah mengalami kegagalan, dan menghadapi *stressor* atau ancaman dengan keyakinan bahwa mereka mampu mengontrolnya (Rooji, dkk 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Saidah dan Aulia (2014), bahwa efikasi diri (*self efficacy*) yang tinggi menunjukkan peningkatan pada *adversity quotient*.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Napis (2018) yang berjudul “Analisis Pemecahan Masalah Fisika Ditinjau dari Efikasi Diri dan *Adversity Quotient*” menjelaskan bahwa *self efficacy* berpengaruh langsung positif terhadap *adversity quotient*.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial dan *Self Efficacy* dengan *Adversity Quotient* Pada Remaja”

### **B. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris hubungan antara dukungan sosial dan *self efficacy* dengan *adversity quotient* pada remaja.

### **C. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun secara praktis kepada berbagai pihak. Adapun manfaat ini sebagai berikut:

#### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan psikologi terutama dalam bidang psikologi perkembangan berkaitan dengan hubungan dukungan sosial dan *self efficacy* dengan *adversity quotient*.

#### **2. Manfaat Praktis**

##### **a. Bagi subjek**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan informasi mengenai hubungan antara dukungan sosial dan *self efficacy* dengan *adversity quotient*.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya dalam mengkaji bidang yang sama guna menyempurnakan hasil penelitian ini.

