

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pandemi COVID-19 yang terjadi berdampak pada kehidupan manusia diberbagai bidang, baik dari bidang ekonomi, sosial, budaya dan pendidikan. Selama pandemi COVID-19, pembatasan mobilitas yang tinggi diberlakukan. Masyarakat disarankan untuk melakukan segala aktivitas dari rumah dan tidak diperbolehkan meninggalkan rumah kecuali untuk keperluan yang penting. Dampak yang terjadi dalam dunia pendidikan yaitu adanya kebijakan belajar secara online atau pembelajaran daring. Kegiatan belajar yang seharusnya dilakukan di dalam kelas harus berbanding terbalik dengan belajar di rumah saja.

Perubahan cara belajar dan mengajar membuat siswa harus beradaptasi dengan sistem yang ada. Kesulitan-kesulitan dapat terlihat dikalangan siswa yang sedang mempersiapkan ujian masuk perguruan tinggi dan beberapa siswa yang harus melakukan praktek di beberapa mata pelajaran. Kegiatan tersebut tidak dapat digantikan oleh pembelajaran daring. Kemudian, kegiatan ekstrakurikuler seperti olahraga dan kegiatan rekreasi di luar rumah seperti bermain bersama teman-teman juga tidak dapat dilakukan. Hal tersebut membuat siswa kehilangan kesempatan untuk bersosialisasi dan melakukan kontak sosial dengan orang lain (Muñoz & Rodríguez, 2021).

Pada dasarnya, masa remaja merupakan suatu masa transisi. Masa ini merupakan masa-masa sulit bagi remaja maupun orang tuanya. Transisi tersebut biasanya terjadi pada rentang usia antara 12 - 22 tahun. Menurut Sarwono (2012) remaja dihadapi dengan berbagai permasalahan yang berkaitan dengan mengenai perubahan pola kehidupan, hal tersebut menimbulkan kebingungan dalam bertindak menghadapi permasalahan yang dialaminya. Dengan memiliki optimisme, seorang remaja dapat menyelesaikan masalahnya dengan cara yang lebih adaptif, hal tersebut dikarenakan remaja yang optimis akan selalu memiliki cara dalam menyelesaikan masalahnya berdasarkan pengalaman sebelumnya (Scheier & Carver, 1993).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Istiqomah dan Prastuti (2021) mengenai optimisme siswa terkait pembelajaran online saat pandemi COVID-19 menunjukkan bahwa tingkat optimisme siswa laki-laki pada kategori tinggi 47,05% dan rendah 52,95%, sedangkan siswa perempuan yang memiliki optimisme tinggi 55% dan optimisme rendah 45%. Kemudian, Pujiasih (2020) menyatakan bahwa keunggulan pembelajaran daring yaitu siswa lebih efektif dalam belajar, tidak muda lelah, dan mendapatkan pengalaman baru yang tidak pernah dirasakan sebelumnya. Sedangkan kelemahan pembelajaran daring yaitu munculnya kebosanan pada siswa karena pendidik tidak mampu menciptakan suasana pembelajaran daring yang menyenangkan, kejenuhan

siswa harus selalu di rumah juga membuat siswa sulit untuk mengerti materi yang disampaikan, akses internet yang buruk, dan peralatan belajar online yang kurang memadai. Kondisi ini mengakibatkan siswa kurang optimis terhadap hasil prestasi akademik (Istiqomah & Prastuti, 2021).

Artikel dan media menunjukkan bahwa remaja memiliki pandangan yang pesimis mengenai masa depan seperti prospek pekerjaan, pendidikan, kesehatan, kesejahteraan dan lain-lain. Pesimisme muncul karena pikiran dan perasaan yang tidak dapat mereka kendalikan selama situasi pandemi dan tidak punya banyak pilihan, terutama mengenai saran untuk tetap di rumah sebagai salah satu tindakan mengurangi penyebaran virus (Huebner & Arya dalam Eva dkk., 2021). Saran untuk melakukan segala aktivitas dari rumah membuat banyak orang merasa tertekan dan kehilangan produktivitas. Melakukan pekerjaan dari rumah menciptakan tekanan sosial baru, seperti stress.

Beberapa penelitian dan artikel yang diterbitkan sejak COVID-19 muncul menunjukkan kontribusi optimisme terhadap pandangan individu dalam menanggapi pandemi COVID-19. Optimisme pada diri sendiri memiliki peran penting dalam proses berpikir dan bertindak dalam berbagai situasi dan kondisi, termasuk dalam kondisi pandemi COVID-19. Optimisme membantu individu dalam menyikapi pandemi COVID-19, individu yang optimis cenderung tidak tertekan dengan situasi yang ada karena mereka yakin dapat

mengatasi pandemi COVID-19 ini dengan baik (Jovančević & Milićević, 2020). Kemudian, dalam menghadapi pandemi COVID-19 dibutuhkan optimisme agar informasi dan peristiwa yang dilihat tidak langsung dipandang secara negatif karena akan berdampak negatif juga pada individu. Optimisme berkaitan dengan kesejahteraan individu, sedangkan pesimisme berkaitan dengan keluhan yang berlebihan (Martínez dalam Eva dkk., 2021).

Berdasarkan hasil wawancara dengan 15 siswa SMK yang bersekolah di Depok. Semua siswa tersebut mengatakan bahwa pembelajaran daring membuat mereka kesulitan dalam memahami materi yang disampaikan. Mereka menceritakan bahwa beberapa guru lebih sering memberikan tugas saja, tetapi tidak menjelaskan materinya secara detail. Hal tersebut membuat siswa pesimis dalam mengerjakan tugas-tugas, karena mereka tidak mengerti dengan materinya sehingga membuat mereka tidak bisa mengerjakan tugas dengan maksimal. Lalu, siswa merasa tugas yang diberikan terlalu banyak sedangkan waktu pengumpulan tugas tersebut sangat sempit. Hal tersebut membuat siswa takut tidak bisa mendapatkan hasil yang terbaik.

Selama masa pandemi COVID-19 11 dari 15 siswa mengatakan bahwa ia merasa stress dan tertekan, karena harus melakukan segala aktivitas secara terbatas dari rumah. Pembelajaran daring membuat mereka mudah bosan dan malas belajar, karena guru tidak bisa menciptakan suasana pembelajaran yang menarik dan menyenangkan. Lalu, adanya kendala teknis seperti kuota

internet yang habis dan sinyal yang tidak mendukung serta kurangnya fasilitas lainnya membuat siswa khawatir tidak bisa mengikuti pembelajaran daring dengan baik. Kemudian, memiliki permasalahan internal dengan keluarga, dan munculnya beberapa masalah lain selama masa pandemi COVID-19 juga tentunya akan membuat siswa semakin tertekan. Kondisi ekonomi keluarga yang semakin menurun juga membuat siswa khawatir tidak bisa membayar SPP dan tidak bisa mengikuti ujian sekolah.

Menurut Arslan (2020) peristiwa kehidupan yang penuh tekanan, seperti yang dipicu oleh pandemi COVID-19 juga memiliki pengaruh yang signifikan pada fungsi psikologis dan kesejahteraan individu, serta dapat menjadi penyebab munculnya masalah psikologis seperti kecemasan, stress, dan depresi. Sampai saat ini, semakin banyak penelitian di kalangan anak-anak dan remaja telah melaporkan tingkat kecemasan dan stres yang tinggi, kesulitan berkonsentrasi dan munculnya rasa khawatir (Muñoz & Rodríguez, 2021). Meskipun penelitian masih berlangsung, tampaknya sejak awal, kekhawatiran tentang konsekuensi COVID-19 sangat menonjol di antara para remaja. Dalam laporan awal pada tahap pertama pandemi COVID-19 di China, mahasiswa mengaku takut dengan apa yang terjadi (Yang dkk., dalam Muñoz & Rodríguez, 2021).

Penelitian ini penting karena sebagai guru BK kita harus mengetahui kondisi siswa selama pandemi COVID-19 dan selama mengikuti pembelajaran

daring terutama mengenai optimisme para siswa. Optimisme adalah mengharapkan hal-hal baik terjadi pada kehidupan seseorang, dan berharap menemukan hasil yang terbaik dalam situasi apapun (Carver dkk., 2010). Memiliki optimisme yang baik sangat penting untuk remaja, karena optimisme berhubungan dengan regulasi diri yang dapat meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi suatu kesulitan (Chang, 1998). Hal ini dibuktikan oleh penelitian yang dilakukan oleh Rini & Siswati (2017) dimana hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa antara regulasi diri dan optimisme terdapat hubungan positif dan signifikan, yang berarti semakin tinggi regulasi diri individu, maka semakin tinggi optimisme nya, begitu pula sebaliknya. Regulasi diri berpengaruh efektif terhadap optimisme sebesar 39,7%.

Optimisme juga dapat membantu remaja beradaptasi dengan masalah yang dihadapinya (*coping*). Siswa dengan kemampuan coping rendah cenderung mudah menyerah ketika menghadapi masalah dan jarang mencoba memecahkan masalah, begitu pula sebaliknya (Ningrum, 2011). Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa yang optimis akan memiliki coping yang lebih baik dan akan memecahkan masalah yang dihadapinya, bukannya menyerah dan tidak melakukan apa-apa.

Pandemi COVID-19 diidentifikasi sebagai pemicu stres yang mengancam kesehatan mental dan kesejahteraan individu di seluruh dunia (Brooks dkk., 2020). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pandemi

COVID-19 dapat memicu stress mulai dari tingkat ringan hingga berat, bahkan dapat memicu depresi dan kecemasan (Arslan dkk., 2020). Optimisme dan pesimisme dikonseptualisasikan sebagai konstruksi penting dalam mengatasi peristiwa kehidupan yang tidak terkendali (Nes, 2016). Studi dari seluruh dunia menunjukkan bahwa beberapa remaja meskipun tidak semua mungkin mengalami peningkatan gejala kesehatan mental yang terkait dengan pandemi COVID-19 (Hussong dkk., 2020). Remaja dengan perspektif yang lebih optimis akan mengurangi risiko peningkatan gejala terkait pandemi melalui tingkat kognisi negatif yang lebih rendah tentang masa depan dan dunia (Hussong dkk., 2020; Qiu dkk., 2020).

Berdasarkan pemaparan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai gambaran optimisme siswa SMK se-kota Depok di masa pandemi COVID-19.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka identifikasi masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran optimisme siswa SMK Dwiguna Depok di masa pandemi COVID-19?
2. Bagaimana gambaran optimisme siswa laki-laki dan perempuan?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah

diuraikan, maka peneliti membatasi permasalahan pada gambaran optimisme siswa SMA se-Kota Depok di masa pandemi COVID-19.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran optimisme siswa SMA se-Kota Depok di masa pandemi COVID-19?”.

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh informasi mengenai gambaran optimisme siswa SMA se-Kota Depok di masa pandemi COVID-19.

F. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian ilmu Bimbingan dan Konseling mengenai masalah remaja, khususnya mengenai optimisme remaja di masa pandemi COVID-19.

2. Secara Praktis

a. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Hasil penelitian ini dapat membantu guru Bimbingan dan Konseling dalam membuat sebuah program dan memberikan berbagai layanan di sekolah khususnya untuk membantu siswa apabila memiliki masalah yang berhubungan optimisme.

b. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan wawasan mengenai pentingnya optimisme dalam diri sehingga mahasiswa yang membaca dapat meningkatkan optimisme untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi dengan keyakinan bahwa mereka akan mendapatkan hal baik di masa mendatang.

c. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini sebagai dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan mengenai gambaran optimisme siswa di masa pandemi COVID-19.

