

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sejarah perkembangan manusia menggambarkan bahwa terdapat beragam kebutuhan yang berkembang seiring dengan bertambahnya umur. Berbagai teori tentang kebutuhan manusia pada rentang kehidupannya (*life span development*) menjabarkan bagaimana dan apa saja yang dibutuhkan manusia pada titik-titik tertentu perkembangannya. Erikson (sebagaimana dikutip dalam Santrock, 2002) menyatakan bahwa individu berkembang menurut tahap-tahap psikososial, di mana setiap tahap perkembangan menghadapi krisis yang harus diselesaikan individu. Dalam setiap tahap psikososial tersebut terdapat kebutuhan yang harus dicapai oleh setiap individu untuk bertumbuh kembang sesuai dengan tugas perkembangannya dengan baik dan ideal. Kebutuhan-kebutuhan tersebut dapat terpenuhi dengan berbagai pengaruh faktor internal seperti hubungan interpersonal, pengalaman, kepribadian, motivasi, dan lain-lain, serta faktor eksternal seperti lingkungan sekitar termasuk keluarga dan sekolah atau instansi pendidikan. Dalam konteks pendidikan, program pembelajaran di Indonesia beragam pada masing-masing jenjangnya, disesuaikan dengan perkembangan anak.

Pada umumnya pada jenjang sekolah dasar (6-12 tahun) anak memiliki tugas perkembangan seperti belajar memperoleh keterampilan fisik dalam bentuk permainan, belajar membentuk sikap yang sehat, belajar bergaul, memainkan peran, keterampilan dasar dalam membaca menulis dan berhitung, dan lain-lain. Kemudian pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA) atau Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) yang sudah memasuki masa remaja (12-18/20 tahun), tugas perkembangan anak bertambah dan lebih kompleks. Gejolak emosi dan identitas diri mulai mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak remaja pada jenjang ini. Menurut Hall (sebagaimana dikutip dalam Santrock, 2002) gejolak yang dirasakan remaja tersebut disebabkan oleh perubahan suasana hati (*storm-and-stress view*) dan dapat menjadi pemicu stress di bawah berbagai tekanan. Tugas perkembangan masa remaja yang krusial seperti pencarian jati diri, mencari kemandirian emosional dari orang tua atau figur lain, mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan belajar bergaul

dengan teman sebaya, menerima diri sendiri dan percaya pada kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri, meninggalkan kanak-kanak, dll. Tugas-tugas perkembangan pada masa remaja tersebut kompleks dan relatif berat bagi remaja dibandingkan pada masa sebelumnya. Pada masa transisi ini, remaja membutuhkan bimbingan, pengarahan dan dukungan sosial agar mampu mengambil langkah yang tepat sesuai dengan kondisinya, baik dalam lingkungan keluarga maupun lingkungan sekolah.

Salah satu tugas perkembangan individu yaitu kemandirian perilaku ekonomis dan kematangan dalam berkarir pada umumnya mulai dijalankan pada masa remaja akhir dan awal dewasa awal (18 - 20 tahun) ketika memasuki jenjang perguruan tinggi, disesuaikan dengan perkembangan kematangan emosional dan intelektual individu. Kendati begitu, di Indonesia terdapat instansi pendidikan yang sudah mempersiapkan remaja usia 15-17 tahun dalam dunia kerja yaitu Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Departemen Pendidikan Nasional (*UU No. 20 Tahun 2003*, 2003) menjelaskan bahwa SMK adalah pendidikan menengah yang mempersiapkan peserta didik terutama untuk bekerja dalam bidang tertentu. SMK dibuka untuk menghasilkan tenaga kerja yang memiliki kemampuan dan keterampilan sesuai dengan kualifikasi pekerjaan. Data Pokok SMK (Direktorat Pembinaan SMK, 2018) menunjukkan bahwa terdapat 14,247 SMK di Indonesia. 3,592 di antaranya adalah SMK Negeri dan 10,655 adalah SMK Swasta. Dari seluruh SMK ini, terdapat 5,020,723 siswa yang terdaftar.

Berbeda dengan Sekolah Menengah Atas (SMA), menurut peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 70 tahun 2003, beban belajar siswa SMK adalah 48 jam dibandingkan dengan beban belajar siswa SMA dengan rata-rata 43 jam. Selain itu, Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) adalah suatu lembaga yang menyelenggarakan pendidikan dan latihan. Departemen Pendidikan Nasional (2003) mengharapkan lulusan SMK dapat (a) bekerja sesuai dengan bidang keahliannya, dapat bekerja setelah lulus, (b) jumlah lulusan mampu menciptakan lapangan kerja, dan (c) keterserapan lulusan dalam periode dua tahun setelah lulus adalah minimal 75%. Proses pembelajaran di SMK menuntut keterampilan praktis (Transiana, 2017) di samping pengetahuan akademis yang dapat langsung digunakan dalam dunia kerja.

Salah satu program yang ada di SMK untuk upaya melibatkan pihak dunia industri adalah Praktik Kerja Lapangan (PKL) atau magang. PKL atau magang adalah sebuah model pembelajaran keterampilan, pengetahuan, dan kompetensi yang diperlukan untuk melakukan pekerjaan tertentu di tempat kerja dan lingkungan kerja (Heathfield, 2015). Siswa SMK wajib melakukan magang sekiranya tiga (3) sampai enam (6) bulan. Periode magang diputuskan oleh sekolah. Magang menjadi salah satu syarat kenaikan kelas dari kelas 11 ke kelas 12. Kegiatan magang pada jenjang SMK dapat dilakukan pada saat liburan atau pada saat aktif sekolah, sesuai dengan ketentuan periode magang di setiap sekolah. Siswa yang melaksanakan magang pada saat liburan tidak diwajibkan mengikuti kegiatan belajar di sekolah, tetapi tetap mengikuti ujian seperti biasanya.

Situasi tersebut dapat menjadi salah satu masalah untuk siswa, dikarenakan kesulitan mengejar materi yang terlewatkan pada saat melaksanakan magang (Prasetya, 2016) dengan beban belajar yang lebih panjang. Hal tersebut dapat menjadi pemicu stress, terutama stress akademik yang banyak dialami dalam lingkup sekolah (Calaguas, 2011). Stress akademik merupakan stress subjektif yang meliputi frustrasi dan diasosiasikan dengan kegagalan akademik, perasaan akan kegagalan tersebut atau *aware* dengan kegagalan tersebut (Chun, sebagaimana dikutip dalam Yan et al., 2018)). Stress akademik yang tinggi dapat berpengaruh terhadap performa akademik, adaptasi dan kesehatan remaja (Yan et al., 2018).

Seperti yang telah disebutkan sebelumnya bahwa masa remaja adalah masa transisi yang penuh dengan kompleksitas konflik emosional dan proses pendewasaan. Tanggung jawab dan pengambilan keputusan menjadi pada remaja merupakan hal yang berbeda pada masa remaja. Menurut Steinberg (2010), remaja memiliki karakteristik pengambilan keputusan yang berbeda dengan tahap perkembangan lain. Beberapa karakteristik pengambilan keputusan tersebut antara lain: 1) remaja sangat sensitif terhadap *reward*. Sensitivitas tersebut ditunjukkan dengan bagaimana remaja menyelesaikan masalah serta apa yang mereka pertimbangkan saat menyelesaikan masalah tersebut; 2) remaja cenderung lebih fokus pada konsekuensi langsung (*short-term oriented*), 3) dalam pengambilan keputusan, remaja lebih mudah terganggu oleh rangsangan emosi sosial dibandingkan dengan orang dewasa, 4) remaja relatif berbeda dengan orang dewasa

dalam hal kognitif, yaitu kurang mampu untuk mengatur perilaku mereka. Hal tersebut tercermin bahwa sebagian besar remaja cenderung untuk bertindak sebelum berpikir, sulit membuat rencana dan mengontrol emosi mereka.

Peneliti melakukan wawancara awal dengan dua siswa SMK yang sedang melaksanakan magang. Narasumber yang pertama adalah SA, siswa kelas 11 jurusan pemasaran yang sedang melakukan magang di sebuah *minimarket*. Narasumber yang kedua adalah AS, siswa kelas 11 jurusan multimedia yang sedang magang di sebuah perusahaan koran. Kedua narasumber tersebut berumur 16 tahun. Dalam wawancara ini, peneliti bertanya mengenai *regulasi diri* dan *perceived social support*. Kedua narasumber menyatakan bahwa mereka mengalami beberapa tantangan dalam melaksanakan magang. Narasumber A bercerita bahwa ia masih perlu beradaptasi di lingkungan kerja. Narasumber A juga menjelaskan bahwa ia sering tidak ikut bermain dengan teman-temannya dan tidak bisa ikut pergi berlibur bersama keluarganya karena harus menjalani magang.

Narasumber B, mengaku mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan jam kerja. Narasumber B menjelaskan bahwa jam kerja di perusahaan tempatnya magang adalah pukul 20.00 s/d 01.00. Hal ini membuat jam tidurnya berubah, serta mengganggu kesehatan. Selain hal-hal tersebut, kedua narasumber mengakui bahwa saat mereka menjalani magang, mereka tidak masuk sekolah, yang membuat mereka harus belajar sendiri untuk ujian akhir semester. Hal ini menjadi masalah untuk mereka karena waktu belajar hanya sedikit dan mereka kesulitan untuk memahami pelajaran yang tertinggal.

Banyak remaja yang mengakui bahwa tanggung jawab akademik adalah hal yang penting, namun juga suatu hal yang membutuhkan banyak usaha, menjenuhkan dan terkadang membuat frustrasi (Duckworth et al., 2011). Dengan kompleksitas konflik yang dihadapi remaja, beban akademis, terutama pada siswa SMK yang memiliki beban akademis dan praktis dalam masa sekolahnya, maka dibutuhkan regulasi diri yang baik. Beberapa pengertian tentang regulasi diri mengacu pada kemampuan yang melibatkan kapasitas individu untuk mempertahankan upaya dan orientasinya menuju tujuan yang diinginkan, sambil mengendalikan impuls langsung yang muncul (Martin & McLellan, 2008). Adaptasi yang berhasil terhadap tantangan yang ada bergantung pada bagaimana

individu mengelola emosi mereka, berpikir secara konstruktif, mengatur dan mengarahkan perilaku mereka, mengendalikan impuls otomatis, dan bagaimana mereka bersikap di lingkungan. Hal tersebut dilakukan untuk mengubah atau mengurangi sumber stres (Compas et al., 2001).

Selain stress akademik, *burnout* karena bekerja juga dapat dirasakan oleh siswa SMK pada masa magangnya. Maslach (sebagaimana dikutip dalam Liu & Aunguroch, 2019) mengatakan *burnout* terjadi sebagai efek kumulatif situasi stress pada tempat kerja. Situasi tersebut (stress pada tempat kerja) menurut teori kognitif-stress dari Lazarus & Folkman (sebagaimana dikutip dalam Liu & Aunguroch, 2019) dapat menimbulkan *outcome* negatif tergantung pada proses *coping* dan penilaian atau *feedback* yang didapat individu tersebut. Dukungan sosial dapat membantu mempengaruhi proses coping tersebut dan meminimalisir stress serta dapat meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan psikologis individu tersebut (Reeve et al., 2013). Beberapa studi menunjukkan adanya korelasi positif terhadap dukungan sosial dan kesejahteraan pada anak dan remaja (Elias & Haynes, 2008). Beberapa faktor individu dan lingkungan, seperti lingkungan keluarga, hubungan dengan teman sebaya, atau komunitas, respon orang tua, juga berhubungan positif dengan *self regulation* (Dias & Cadime, 2017). Terdapat beberapa penelitian mengenai dukungan sosial dan regulasi diri. Salah satunya adalah penelitian Puspitasari (2018) dengan subjek siswa *boarding school* dan mendapatkan hasil bahwa dukungan sosial kawan sebaya berpengaruh positif dan signifikan terhadap regulasi diri dalam belajar. Penelitian lainnya mengenai dukungan sosial dan regulasi diri dilakukan Farley & Kim-Spoon (2014) yang menghasilkan bahwa dukungan sosial dari teman yang positif memberikan pengaruh positif terhadap regulasi diri siswa dalam belajar. Penelitian lainnya dilakukan oleh Sumia et al. (2020) mengenai pengaruh teman sebaya dan regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa mendapatkan hasil adanya hubungan positif yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Kendati begitu, beberapa penelitian lain menyatakan adanya korelasi negatif antara regulasi diri dan penolakan teman sebaya, perilaku bermasalah atau antisosial dengan teman sebaya (Trentacosta & Shaw, 2009).

Dari permasalahan tersebut, maka penelitian ini ingin mengetahui bagaimana pengaruh *perceived social support* siswa SMK terhadap regulasi diri

(*self regulation*) dalam sistem pembelajaran SMK, khususnya kewajiban untuk magang.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dari penelitian ini adalah "apakah *perceived social support* mempengaruhi regulasi diri siswa SMK yang sedang melaksanakan magang pada saat aktif sekolah?"

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjawab pertanyaan penelitian "apakah *perceived social support* mempengaruhi regulasi diri siswa SMK yang sedang melaksanakan magang pada saat aktif sekolah?"

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini, yaitu:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat dari penelitian ini adalah untuk menambah wawasan dalam ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi pendidikan, mengingat belum banyak penelitian sebelumnya mengenai regulasi diri dan *perceived social support* dalam konteks siswa SMK yang sedang melaksanakan magang pada saat aktif sekolah.

1.4.2 Manfaat Praktis

Secara praktis, dengan adanya penelitian ini dapat dijadikan sebagai pedoman bagi penelitian lain dalam mengkaji pembahasan yang berkaitan dengan pengaruh *perceived social support* dan regulasi diri, khususnya pada lingkup siswa dan pembelajaran SMK. Penelitian ini juga diharapkan dapat bermanfaat bagi kajian pendidikan pada lingkungan akademisi, maupun sosial kemasyarakatan.