

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Individu dalam rentang kehidupannya akan selalu berhadapan dengan berbagai masalah. Hanya saja masalah yang dihadapi oleh individu akan mempunyai bentuk dan tingkat kesulitan yang berbeda. Permasalahan yang dihadapi individu dalam waktu yang hampir bersamaan ini sangat membutuhkan adanya keterampilan pemecahan masalah yang strategis yang dilandasi oleh tujuan hidup seseorang. Tanpa tujuan hidup yang jelas, individu akan mengalami kesulitan – kesulitan dalam menjalani kehidupan ini. Begitupun dengan siswa yang sedang menuntut ilmu, ia dituntut untuk mengerjakan semua tugas dengan ketentuan waktu yang telah diberikan oleh guru, dimana kebanyakan siswa menganggap rumah adalah tempat bersantai dan beristirahat. Sehingga motivasi siswa kurang dalam mengerjakan atau menyelesaikan tugas. Hal inilah yang menjadikan permasalahan dalam pendidikan.

Seperti halnya pada masa pandemi Covid-19 yang memberikan dampak pada banyak pihak, kondisi ini bahkan sudah merambah pada dunia pendidikan, dimana siswa dihadapkan pada pembelajaran yang berbeda dari sebelumnya. Siswa melakukan pembelajaran sekolah secara *daring* (dalam jaringan), menurut Arsyad (2011) media pembelajaran *online* atau *e-learning* merupakan media penunjang pendidikan dan bukan sebagai media pengganti pendidikan. Prosesnya *e-learning* atau pembelajaran daring sebagai media pembelajaran jarak jauh menciptakan paradigma baru, yakni menuntut peran guru yang lebih bersifat “fasilitator” dan siswa sebagai “peserta aktif” dalam proses belajar mengajar.

Namun nyatanya hal tersebut tidak berjalan sebagaimana mestinya, siswa harus beradaptasi dengan pembelajaran baru yang kemudian memunculkan kesalahpahaman siswa mengenai proses pembelajaran. Siswa mengeluhkan bahwa mereka kurang memahami penjelasan guru dikarenakan jaringan yang putus-putus, sedangkan mereka selalu diberi tugas setiap harinya dengan ketentuan waktu yang telah diberikan. Karena hal tersebut siswa menjadi cemas akan masa depannya dan takut tidak naik kelas jika tidak dapat mengikuti dan memahami pembelajaran yang berlangsung.

Peneliti juga menggali data dengan melakukan survei terhadap 13 siswa MA Nurul Hidayah Lecari. Data tersebut menghasilkan data dari 13 siswa, 10 siswa mengatakan bahwa mereka mudah menyerah dan pasrah dengan permasalahan yang tidak mendapatkan titik terang atau jalan keluar. Namun, mereka masih menyadari bahwa permasalahan yang dihadapi disebabkan oleh dirinya sendiri. 12 siswa juga menyadari ketika mereka kurang maksimal dalam mengerjakan tugas, mereka akan mendapatkan nilai yang kurang memuaskan. Ketika mereka dihadapkan pada suatu permasalahan, maka konsentrasi mereka akan terpecah dan mereka membutuhkan waktu lama untuk memperbaiki diri agar kesalahan yang mereka lakukan tidak terulang kembali. Dan 10 siswa mengatakan bahwa mereka juga membutuhkan waktu lama dalam menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi saat ini.

Peneliti juga melakukan wawancara terhadap 10 siswa MA Nurul Hidayah Lecari menghasilkan data bahwa 8 dari 10 siswa mengatakan mereka merasa bosan dengan pembelajaran daring, dan mereka kesulitan dalam memahami penjelasan guru, belum lagi ketika jaringannya putus-putus. Mereka juga mengatakan bahwa mereka tidak bisa berkonsentrasi ketika pembelajaran

berlangsung. Hal ini disebabkan karena tempat belajar mereka yang ramai yaitu di dalam kamar pesantren yang banyak siswa lain juga. Menurut mereka, harusnya pembelajaran daring ini dilakukan secara kompak dan aktif, namun mereka mengeluhkan ketika salah satu siswa bertanya mengenai pembahasan yang belum jelas, guru tidak langsung menjawab dan terkadang tidak pernah dijawab. Sehingga siswa acuh dan menjadi mudah putus asa akan pembelajaran. Maka dari itu, dengan permasalahan saat ini, perlu adanya kemampuan siswa untuk meminimalisir masalah yang sedang di hadapi dan mampu bertahan. Jika siswa tidak memiliki kemampuan untuk bertahan, maka mereka tidak akan sanggup untuk menjalani hidup dan tidak mampu memberikan manfaat besar bagi kesuksesan pada dirinya. Seperti yang dikatakan oleh Agustian (2001) seseorang yang tidak memiliki daya juang, ia akan sulit untuk bertahan hidup dan merasa dirinya lah yang memiliki kesulitan, merasa tidak berguna dan sia-sia hidupnya. Sehingga individu harus memiliki kemampuan bertahan atau daya juang dalam hidupnya. Kemampuan bertahan ini biasa disebut dengan *Adversity Quotient*.

*Adversity Quotient* merupakan cara untuk melihat seberapa jauh seseorang mampu menghadapi suatu kesulitan serta bertahan dalam menghadapi kesulitan tersebut (Sesanti, 2012). Menurut Putra (dalam Karimah, 2009) juga berpendapat bahwa *Adversity Quotient* merupakan ketahanan atau daya tahan seseorang ketika menghadapi suatu masalah atau kegagalan. Stein & Book (2004) menjelaskan bahwa ketahanan ini berkaitan dengan kemampuan untuk tetap tenang dan sabar, serta kemampuan menghadapi kesulitan dengan kepala dingin tanpa terbawa emosi. Orang yang tahan menghadapi kesulitan akan menghadapi bukan menghindari, dan tidak menyerah pada rasa tidak berdaya atau putus asa. Beda halnya dengan seseorang yang tidak memiliki ketahanan atau *Adversity*

*Quotient*. Ia akan cenderung pesimis, tidak percaya diri dan menganggap dirinya lemah.

Menurut Stoltz (2000) mengungkapkan bahwa ada delapan faktor yang mempengaruhi *Adversity Quotient* yaitu daya saing, produktivitas, kreativitas, motivasi, berani mengambil resiko, melakukan perbaikan, ketekunan dan belajar. Seseorang yang memiliki daya juang akan sanggup bertahan menghadapi kesulitan serta menjadikan kesulitan sebagai tantangan untuk meningkatkan potensinya. Seperti halnya menurut Aziz (dalam Salindri, 2016) Seseorang yang mempunyai daya juang besar tidak akan membiarkan tantangan menghalanginya, berbeda dengan orang yang memiliki daya juang rendah, ia akan cenderung pasif dalam mengatasi kesulitan dan tidak melihat kemampuan yang terdapat didalam dirinya serta menganggap dirinya selalu berada dalam kondisi susah, hal ini disebabkan karena adanya perasaan ketidakberdayaan.

Menurut Nanda (2010) bahwa ketidakberdayaan merupakan persepsi atau tanggapan seseorang bahwa perilaku atau tindakan yang sudah dilakukannya tidak akan membawa hasil yang diharapkan atau tidak akan membawa perubahan hasil seperti yang diharapkan. Sehingga seseorang sulit mengendalikan situasi yang akan terjadi. Ketidakberdayaan ini akan menyebabkan seseorang mengasumsikan bahwa masa depannya belum jelas dan tidak pasti, merasa sangat tidak mungkin untuk benar-benar merasakan kepuasan dimasa depannya, serta menganggap apa yang diharapkan tidak sesuai dengan apa yang diinginkan dan ragu dalam mencapai cita-cita.

Dalam mencapai keberhasilan hidup, semua tergantung dari ketepatan menggunakan kecerdasan yaitu terhadap tugas-tugas dan tujuan-tujuan yang direncanakan untuk diri sendiri serta terhadap hambatan-hambatan yang dihadapi.

Jika individu meyakini bahwa dirinya benar-benar merasa tidak berdaya dan sia-sia, maka dirinya akan mengalami ketidakberdayaan. Seligman (dalam Stoltz, 2000) mengatakan bahwa individu yang secara tanpa disadari telah belajar untuk menjadi tidak berdaya akan memunculkan suatu perilaku yang dapat menghancurkan dorongan mereka untuk bertindak. Jadi ketidakberdayaan yang dipelajari itu menginternalisasi keyakinan bahwa apa yang individu kerjakan tidak akan ada manfaatnya. Hal ini melenyapkan kemampuan seseorang untuk memegang kendali atau keyakinan.

Menurut Stoltz (2005) mengatakan bahwa orang dengan ketidakberdayaan rendah, mereka akan cenderung merasa lemah terhadap daya juang atau *Adversity Quotient*, seolah-olah mereka memiliki medan gaya yang tidak dapat ditembus yang membuat mereka jatuh ke dalam keputusan yang tidak berdasar, hal ini merupakan hubungan antara ketidakberdayaan dengan dimensi kendali pada *Adversity Quotient*. ketika perasaan tidak berdaya tersebut dibiarkan saja, maka akan meluas menjadi perasaan putus asa. Dimana perasaan ini sangat merugikan bagi individu, apalagi di kalangan siswa. Ketika mereka dihadapkan pada sebuah permasalahan, mereka akan cenderung mudah putus asa dan tidak berusaha menemukan jalan keluar dari permasalahan tersebut. Inilah akibat perasaan ketidakberdayaan yang terus diyakini sehingga menjadikan individu mudah berputus asa. Dalam dimensi kreativitas, Masykur (2007) juga mengatakan bahwa ketidakberdayaan yang dipelajari dapat menghancurkan kreativitas seseorang bahkan yang sangat berbakat sekalipun. Dalam hal ini, seseorang yang tidak mampu menghadapi kesulitan berarti tidak mampu kreatif dan meyakini adanya ketidakberdayaan pada dirinya, sehingga individu ketika dalam keadaan

ketidakberdayaan yang tinggi, maka daya juang atau *Adversity Quotient* pada individu tersebut pasti rendah.

Senada dengan Kartono (2017) dalam penelitiannya mengatakan bahwa ketidakberdayaan seseorang bukanlah berarti tiadanya potensi dan kekuatan yang dimiliki seseorang, melainkan adanya hambatan yang menghalangi perkembangan potensi dan kekuatan yang dimiliki individu yang bersangkutan. Sehingga ketika hal tersebut terjadi, maka kecerdasan individu dalam menghadapi masalah atau yang disebut *Adversity Quotient* pun akan terhambat. Hal ini sangat terkait dengan konsekuensi negatif dari ketidakberdayaan yang dipelajari yaitu penurunan motivasi dalam pemecahan masalah (Seligman, 1978; Mauk, 1979). Misalnya ketika individu dihadapkan pada suatu masalah, yang kemudian ia meyakini ketidakberdayaan dalam dirinya, maka ia akan cenderung menghilangkan motivasi dalam dirinya dan merasa dirinya tidak penting dalam kehidupannya. Hal ini dapat mengurangi tingkat *Adversity Quotient*.

Menurut Reber (2010) bahwa ketidakberdayaan yang dipelajari terjadi karena sedang berada pada situasi yang membahayakan, tidak menyenangkan dan tidak ada kemungkinan untuk menghindarinya. Oleh sebab itu ketidakberdayaan yang dipelajari sangat menghambat jalannya *Adversity Quotient* atau daya juang. Seseorang dengan ketidakberdayaan tinggi, maka ia akan cenderung tidak memiliki semangat, pasrah akan kehidupannya bahkan sampai mengakibatkan keputusasaan. Hal inilah yang menyebabkan *adversity quotient* rendah. Sama halnya dengan Kwok dan Shek (2010) mengungkapkan bahwa ketidakberdayaan memiliki hubungan dengan *Adversity Quotient*. Dimana ketidakberdayaan ini terjadi dalam kondisi seseorang yang lemah, merasa hidupnya sia-sia dan tidak ada manfaatnya. Seseorang dengan ketidakberdayaan

yang dipelajarinya tinggi akan memiliki kecenderungan *Adversity Quotient* yang relatif rendah. Hal inilah yang menyebabkan ketidakberdayaan yang dipelajari memiliki hubungan yang negatif dengan *Adversity Quotient*.

Prayogo dan Rehulina (2014) juga mengatakan bahwa adanya hubungan antara ketidakberdayaan yang dipelajari dengan *Adversity Quotient*. Dimana ketika seseorang memiliki ketidakberdayaan yang dipelajari yang rendah maka *Adversity Quotient* akan cenderung tinggi. Dalam penelitiannya tersebut juga dijelaskan hubungan ketidakberdayaan yang dipelajari memiliki hubungan yang negatif terhadap daya juang atau *Adversity Quotient*. Dalam hal ini menunjukkan bahwa setiap peningkatan dari *Adversity Quotient* pada individu akan diikuti oleh penurunan ketidakberdayaan yang dimilikinya, begitupun sebaliknya. Berdasar dari pernyataan Lasmono (2001) mengatakan bahwa ketidakberdayaan yang dipelajari apabila telah diinternalisasikan kedalam diri individu maka individu tersebut akan merasa apapun yang akan ia kerjakan tidak akan mendapatkan manfaat dan ketidakberdayaan yang dipelajari merupakan hambatan terbesar untuk terbentuknya *Adversity Quotient*. Aziz (dalam Salindri, 2016) mengatakan hubungan ketidakberdayaan yang dipelajari dengan *Adversity Quotient* atau daya juang akan membuat individu cenderung pasif dalam menghadapi kesulitan serta tidak melihat potensi yang ada didalam dirinya dan akan membuat individu berada dalam keadaan semakin sulit dikarenakan perasaan ketidakberdayaan. Hal tersebut tentu sangat mempengaruhi tingkat *Adversity Quotient* pada diri individu yang rendah.

Peristiwa ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ningrum (2017) yang mengatakan bahwa adanya hubungan atau korelasi negatif antara ketidakberdayaan yang dipelajari dengan *Adversity Quotient*. Hal ini juga

dibuktikan oleh pengujian yang dilakukan oleh Denda (2014) pada dimensi *Adversity Quotient* yaitu kendali (*control*), asal-usul dan pengakuan (*origin and ownership*), jangkauan (*reach*) dan daya tahan (*endurance*), menunjukkan hasil bahwa adanya hubungan yang negatif antara daya juang dengan ketidakberdayaan yang dipelajari. Dari aspek *Adversity Quotient* menunjukkan adanya hubungan yang secara nyata berbanding terbalik dengan ketidakberdayaan yang dipelajari.

Ketidakberdayaan yang dipelajari menjadi faktor utama penghambat keberhasilan. Hal ini menurut Yoga (2016) ketika seseorang tersugesti oleh salah satu kelemahan atau ketidakmampuan yang terdapat dalam diri kita, dengan sendirinya energi dan kekuatan mental akan berguguran. Atau ketika seseorang menganggap bahwa salah satu kelemahan yang ada pada dirinya adalah suatu permasalahan yang besar, ia akan terpuruk dalam keadaan yang sulit, tidak menguntungkan, dan sukar untuk bisa menemukan solusi. Sebaliknya, ketika meyakini tentang suatu kehebatan atau kelebihan yang terdapat dalam diri kita, yang timbul adalah sikap optimisme dan cara pandang yang positif. Sehingga hubungan yang negatif sangat nyata ditunjukkan oleh daya juang atau *Adversity Quotient* dengan ketidakberdayaan yang dipelajari.

Dengan demikian, berdasarkan latar belakang masalah dan penjelasan yang telah dipaparkan diatas, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih jauh mengenai Hubungan Antara Ketidakberdayaan Yang Dipelajari Dengan *Adversity Quotient* Pada Siswa Tingkat Menengah Atas.



## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan ulasan diatas, adapun rumusan masalah pada penelitian ini yaitu adakah hubungan antara ketidakberdayaan yang dipelajari dengan *Adversity Quotient* pada siswa tingkat menengah atas.

## **C. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara ketidakberdayaan yang dipelajari dengan *Adversity Quotient* pada siswa tingkat menengah atas.

Manfaat dari penelitian ini dijelaskan dalam dua manfaat teoritis maupun praktis. Dapat dijelaskan sebagai berikut :

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan atau wawasan baru terhadap bidang ilmu psikologi mengenai ketidakberdayaan yang dipelajari dan *Adversity Quotient*, khususnya bagi mahasiswa dan bagi masyarakat umum. Serta dapat menjadi referensi bagi penelitian terkait di masa yang akan datang.

### **2. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tambahan mengenai ketidakberdayaan yang dipelajari dan *Adversity Quotient* bagi pembaca, khususnya bagi siswa yang merasa memiliki ketidakberdayaan untuk menghilangkan perasaan tersebut dengan meningkatkan daya juangnya atau *Adversity Quotient*.

#### **D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya**

Berdasarkan penelusuran terhadap beberapa penelitian yang terkait, peneliti menemukan beberapa penelitian terdahulu mengenai kedua variable yang digunakan. Penelitian pertama dengan judul “Konsep Diri dan Ketidakberdayaan yang Dipelajari Berhubungan dengan Risiko Bunuh Diri pada Remaja yang Mengalami *Bullying*” yang dilakukan oleh Udi Wahyudi dan Bram Burnamajaya pada tahun 2020. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dan ketidakberdayaan yang dipelajari berhubungan dengan risiko bunuh diri pada remaja yang mengalami *bullying* di SMA Negeri 7 Kota Bogor. Sampel dari penelitian ini berjumlah 183 orang yang didapat dari teknik *random sampling*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan antara konsep diri dan ketidakberdayaan dengan risiko bunuh diri pada remaja yang mengalami *bullying* di SMA Negeri 7 Kota Bogor. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti terletak pada variabel bebas, subjek peneliti dan teknik pengambilan sampel. Variabel bebas yang digunakan adalah *Adversity Quotient* dengan menggunakan subjek siswa menengah atas dan menggunakan teknik *accidental sampling*. Sedangkan penelitian dengan judul “Konsep Diri dan Ketidakberdayaan yang Dipelajari Berhubungan dengan Risiko Bunuh Diri pada Remaja yang Mengalami *Bullying*” menggunakan variabel bebas konsep diri.

Penelitian kedua dengan judul “*Learned Helplessness* pada Wanita yang Berprofesi sebagai PSK di Desa Bukur Kabupaten Tulungagung” yang dilakukan oleh Norbeta dan Seta pada tahun 2018. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran ketidakberdayaan yang dipelajari (*Learned Helplessness*) pada wanita yang berprofesi sebagai PSK. Pengambilan data dilakukan dengan wawancara semi terstruktur. Hasil yang diperoleh yaitu gambaran dari ketidakberdayaan yang

dipelajari oleh wanita yang berprofesi sebagai PSK ditandai dengan adanya penurunan emosional seperti tidak adanya keinginan untuk bersaing, turunnya daya seksualitas, dan berkurangnya nafsu makan. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu terletak pada variabel bebas dan subjek penelitian. Variabel bebas yang digunakan yaitu *Adversity Quotient*, sedangkan subjek yang digunakan adalah siswa SMA. Penelitian ini juga merupakan penelitian kuantitatif.

Penelitian ketiga dengan judul “Hubungan antara *Adversity* dan Ketidakberdayaan yang Dipelajari pada Anak yang Berhadapan dengan Hukum (ABH) di Rumah Tahanan Surabaya” yang dilakukan oleh Denda dan Margaretha pada tahun 2014. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *adversity* dan ketidakberdayaan yang dipelajari pada anak yang berhadapan dengan hukum (ABH) di rumah tahanan Surabaya. Subjek penelitian ini berjumlah 100 anak remaja penghuni rutan Surabaya. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang negative antara *adversity* dengan ketidakberdayaan yang dipelajari. Perbedaan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan yaitu terletak pada variabel bebas dan terikat serta subjek. Variabel bebas yaitu *Adversity Quotient* sedangkan variabel terikat menggunakan ketidakberdayaan yang dipelajari. Subjek yang digunakan yaitu siswa menengah atas yang berada di kabupaten Pasuruan.

Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan dengan penelitian lain terlihat dari variabel yang digunakan, pada penelitian ini menggunakan variabel X yaitu ketidakberdayaan yang dipelajari dan variabel Y yaitu *Adversity Quotient*. Pada penelitian sebelumnya juga ada yang membahas mengenai ketidakberdayaan yang dipelajari dengan *Adversity Quotient*. Namun berbeda

pada subjek penelitiannya, pada penelitian ini menggunakan subjek siswa menengah atas sedangkan penelitian sebelumnya menggunakan subjek Anak yang Berhadapan dengan Hukum (ABH) . penelitian ini menjadi penting karena ketidakberdayaan yang dipelajari merupakan faktor utama penghambat berjalannya *Adversity Quotient*.