

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tak seorang pun siswa yang ingin tinggal kelas. Begitupula orang tua siswa, tak seorang pun yang mau anaknya tidak naik kelas. Tinggal kelas berarti kerugian. Rugi dalam hal materi, biaya sekolah maupun waktu satu tahun. Namun tidak semua siswa yang menunjukkan sikap dan perbuatan yang menandakan keinginannya untuk tidak naik kelas. Begitu halnya dengan orang tua siswa. Hanya peduli untuk menyekolahkan anaknya namun sangat minim memperhatikan anaknya dalam proses pendidikan.

Ketika semua telah terjadi, saat pengumuman kenaikan kelas, ternyata siswa gagal naik kelas. Orangtua marah terhadap anak maupun guru di sekolah. Akhirnya sadar dan menyesal, kegagalan terjadi akibat kelalaian. Merasa malu pada teman atau pada sesama orang tua siswa. Menyadari telah rugi akan waktu dan biaya sekolah. Lebih dari itu, bagi siswa merasa bersalah kepada orang tua (Awak, 2017).

Tidak sedikit seorang menyesal setelah melakukan tindakan fatal, seperti mengamuk atau merusak yang dipicu oleh kemarahan tak terbendung. Terkadang orang-orang tersebut tidak mengerti mengapa sampai melakukan sesuatu yang tak pantas bahkan sampai menyiksa dirinya dan orang lain ketika marah. Marah adalah salah satu bentuk emosi yang perlu diwaspadai. Hal tersebut dikarenakan dalam interaksi sosial, emosi memegang peran sangat penting (Nilam, 2010).

Seorang siswa SMA Negeri 1 Kubu Raya, EY (20) dilaporkan ke polisi oleh gurunya sendiri Puji Rahayu (34). EY dilaporkan karena diduga menganiaya sang guru seusai pembagian rapot kenaikan kelas. Kaur Litprodok Bid Humas Polda Kalbar, AKP Cucu Safiyudin mengatakan, peristiwa tersebut berawal dari pembagian rapot kenaikan kelas. Pelaku beranggapan, nilai yang diberikan guru tersebut kurang, sehingga menyebabkan pelaku tidak naik kelas. “Pelaku menjadi emosi karena salah satu nilai mata pelajarannya kurang dan melakukan pemukulan terhadap korban dengan menggunakan kursi yang terbuat dari kayu”, ujar Cucu (Irawan, 2017).

Ujian kenaikan kelas adalah kegiatan yang dilakukan oleh pendidik di akhir semester genap untuk mengukur pencapaian kompetensi peserta didik di akhir semester genap pada satuan pendidikan yang menggunakan sistem paket. Cakupan ulangan meliputi seluruh indikator yang mempresentasikan KD pada semester tersebut (Sudibyo, 2007).

Data siswa yang tinggal kelas di seluruh provinsi di Indonesia menurut data yang peneliti peroleh dari Ikhtisar Data Pendidikan Tahun 2016/2017 adalah sebagai berikut:

Tabel 1.1 Jumlah Siswa Mengulang Jenjang Sekolah Menengah Atas Menurut Tingkat Tiap Provinsi Tahun 2016/2017

No.	Provinsi	X	XI	XII	Jumlah
1.	DKI Jakarta	171	70	7	248
2.	Jawa Barat	206	184	6	396
3.	Banten	61	51	7	119
4.	Jawa Tengah	163	97	2	262
5.	DI Yogyakarta	32	22	3	57
6.	Jawa Timur	407	365	32	804
7.	Aceh	230	159	30	419
8.	Sumatera Utara	140	115	40	295
9.	Sumatera Barat	406	182	2	590
10.	Riau	116	45	6	167
11.	Kep. Riau	71	35	1	107
12.	Jambi	80	48	2	130
13.	Sumatera Selatan	204	108	24	336
14.	Bangka Belitung	35	13	-	48
15.	Bengkulu	25	33	4	62
16.	Lampung	59	34	9	102
17.	Kalimantan Barat	169	105	3	277
18.	Kalimantan Tengah	75	45	6	126
19.	Kalimantan Selatan	44	36	-	80
20.	Kalimantan Timur	70	64	4	138
21.	Kalimantan Utara	15	49	1	65
22.	Sulawesi Utara	94	94	24	212
23.	Gorontalo	40	8	1	49
24.	Sulawesi Tengah	82	53	13	148
25.	Sulawesi Selatan	174	116	94	384
26.	Sulawesi Barat	17	35	-	52
27.	Sulawesi Tenggara	104	88	264	456
28.	Maluku	10	32	1	43
29.	Maluku Utara	34	29	20	83
30.	Bali	9	7	1	17
31.	Nusa Tenggara Barat	73	48	15	136
32.	Nusa Tenggara Timur	202	177	40	419
33.	Papua	201	142	39	382
34.	Papua Barat	70	38	23	131
	Indonesia	3.889	2.727	724	7.340

Menurut Hurlock (1999 dalam Zuchrufia) pengalaman akan membuat remaja akhir lebih kritis dan lebih tahu mana yang benar-benar untuk dirinya. Adanya penilaian kritis remaja akhir cenderung menstabilkan minatnya dan membawanya ke dalam masa dewasa, dan sejalan dengan hal tersebut, emosi remaja akan terus mengalami perubahan dan perbaikan. Namun ternyata, tidak sedikit orang yang berada pada fase remaja akhir yang mengalami ketegangan

emosi berhubungan dengan persoalan-persoalan yang dialaminya. Ketegangan emosi sering ditampakkan dalam ketakutan-ketakutan atau kekhawatiran-kekhawatiran. Ketakutan dan kekhawatiran tersebut bergantung pada sejauh mana kesuksesan atau kegagalan yang dialami dalam pengumpulan persoalan. Salah satu cara mengklasifikasikan emosi adalah berdasarkan apakah emosi tersebut positif atau negatif (Isen, 2003 dalam Zuchrufiah).

Sering kali dijumpai ada sebagian siswa yang mengalami emosi positif yang rendah saat akan diadakan ujian kenaikan kelas, salah satunya adalah siswa mengalami kecemasan. Menurut Amwalina (2005 dalam Vatmawati, 2017), kecemasan ujian merupakan suatu keadaan yang disadari oleh individu berupa ketakutan, kekhawatiran, ketidaktentuan, perasaan tertekan dan terancam menghadapi kemungkinan-kemungkinan yang akan terjadi pada masa yang akan datang, yaitu lulus atau tidaknya dalam ujian. Keadaan tersebut membuat siswa mempunyai penilaian yang buruk terhadap ujian kenaikan kelas yang mengakibatkan keadaan yang sangat tidak menyenangkan dan mengganggu. Bayangan kegagalan dan harapan keberhasilan datang silih berganti, dan hal itu tentu saja akan menambah atau meningkatkan emosi negatif siswa.

Hasil penelitian Absorin dan Nurhayati (2009 dalam Vatmawati, 2017) terdapat pengaruh yang signifikan antara tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian matematika terdapat hasil belajar matematika siswa SMA Negeri 1 Jatibarang, yaitu sebesar 0,54 termasuk dalam kolerasi cukup dengan perhitungan $KD = 29,2\%$ yang berarti tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian mempengaruhi hasil belajar matematika siswa SMA Negeri 1 Jatibarang. Sedangkan Mardiyah (2016 dalam Vatmawati, 2017) menyimpulkan bahwa

kecemasan menghadapi ujian memberi sumbangan sebesar 2,86 % terhadap hasil belajar matematika dan 97,1 % dari faktor lainnya. Ujian kenaikan kelas menjadi salah satu tahap yang harus dilewati seorang siswa untuk naik ke jenjang berikutnya. Karena itu kecemasan menjadi gejala yang timbul bagi siapa saja yang akan menghadapinya.

Emosi positif yang rendah tersebut juga diperkuat dengan hasil wawancara yang disusun menggunakan pernyataan emosi positif berdasarkan macam-macam emosi positif dari Fredrickson (1998) yang dilakukan pada tanggal 19 April 2018 terhadap 20 siswa SMAN 1 Purwosari. Hasil dari wawancara terhadap 20 orang siswa SMAN 1 Purwosari Pasuruan menunjukkan bahwa emosi positif siswa rendah sebesar 45.5% dikarenakan siswa lebih banyak menjawab tidak pada 5 indikator yaitu perasaan senang yang dimiliki siswa dalam kegiatan belajar, memiliki motivasi/semangat dalam belajar atau mengerjakan tugas, memiliki rasa puas terhadap apa yang telah dicapai, rasa bangga terhadap kemampuan diri sendiri, cepat menemukan ide untuk menyelesaikan tugas.

Emosi-emosi negatif yang dialami ini sering membawa efek samping kepada perilaku atau tindakan siswa. Baik dalam hal yang berkaitan dengan proses ujian kenaikan kelas seperti, mengikuti materi tambahan, mencari materi tambahan dan contoh soal, sehingga tidak memiliki progres yang baik untuk mengikuti proses ujian kenaikan kelas lebih baik. Dari hasil wawancara informal juga diperoleh satu fakta menarik. Bagi sebagian siswa yang lain tantangan atau masalah yang muncul selama proses ujian kenaikan kelas justru membuat mereka menjadi lebih semangat, antusias dan senang mengikuti materi tambahan, terinspirasi mencari contoh soal dan mengerjakan soal-soal.

Emosi positif yang rendah (emosi negatif) hanya akan membuat siswa memiliki kecenderungan untuk memunculkan perilaku yang negatif (Strumpfer, 2006, dalam Kurniajaya, 2016). Unsur perasaan dari semua emosi negatif adalah ketidaksukaan, muak, takut, jijik, benci dan semacamnya (Seligman, 2002, dalam Kurniajaya, 2016).

Kedua emosi ini baik emosi positif maupun emosi negatif tentunya akan berdampak pada perilaku siswa yang akan menghadapi ujian kenaikan kelas. Suasana hati yang dingin dan negatif akan mengaktifkan cara berpikir siap tempur, komandonya adalah memusatkan perhatian pada apa yang salah kemudian menyingkirkannya. Sebaliknya suasana hati positif membuat siswa memakai cara berpikir kreatif, toleran, konstruktif, dan murah hati (Seligman, 2002, dalam Kurniajaya, 2016). Inilah mengapa penting bagi siswa terutama yang akan menghadapi ujian kenaikan kelas untuk dapat menyadari dan memahami emosi-emosi yang sedang dialami. Sehingga siswa dapat mengambil langkah yang tepat untuk merespon emosi-emosi tersebut. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Barbara Fredrickson memberikan bukti nyata bahwa emosi positif dapat menetralkan emosi negatif (Seligman, 2002 dalam Kurniajaya, 2016).

Maka dari itu, siswa harus memiliki emosi positif. Dengan emosi positif siswa akan berorientasi pada prestasi. Siswa selalu bermimpi untuk menjadi pemenang, atau menemukan hasil terbaik yang diinginkannya. Siswa mampu melepaskan dari keadaan pasif. Dengan demikian emosi positif terus menentang dan melawan semua sikap negatif, seperti pasrah diri yang cenderung malas. Emosi positif membangun pola perilaku dan pola relasi yang akan berdampak besar terhadap kebahagiaan siswa dalam jangka panjang. Emosi positif

merupakan kunci bagi terbukanya pikiran, membangun sumber daya, dan perkembangan siswa yang optimal. Siswa dengan emosi positif akan senantiasa mentransformasi diri menjadi lebih baik dari waktu ke waktu.

Emosi yang positif dapat mempercepat proses belajar dan mencapai hasil belajar yang lebih baik. Oleh karena itu, pembelajaran yang berhasil haruslah dimulai dengan menciptakan emosi positif dari diri siswa. Untuk menciptakan emosi positif pada diri siswa dapat dilakukan dengan berbagai cara, diantaranya adalah dengan menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan dan dengan penciptaan kegembiraan belajar (Meier, 2002, dalam Hidayah, 2012). Kegembiraan belajar seringkali merupakan penentu utama kualitas dan kuantitas belajar yang dapat terjadi. Kegembiraan bukan berarti menciptakan suasana kelas yang rebut dan penuh hura-hura. Akan tetapi, kegembiraan berarti bangkitnya pemahaman dan nilai yang membahagiakan pada diri siswa.

Fredrickson (2009, dalam Arif, 2016) mengemukakan sebuah teori "*The Broaden and Build Theory of Positive Emotions*". Teori ini mengatakan bahwa emosi positif memiliki fungsi penting dalam evolusi manusia menuju kebahagiaan, yaitu dengan menggerakkan individu menginvestasikan sumber daya yang dimilikinya saat ini, demi membangun sesuatu yang lebih baik yang akan sangat bernilai dimasa depan. Emosi positif menggerakkan siswa untuk membangun sumber daya, yang hasilnya akan membawa siswa ke tingkat yang lebih baik dari pada sebelumnya.

Seligman (2002, dalam Arif, 2016) mengemukakan bahwa ada berbagai emosi positif yang ada berdasarkan waktu, diantaranya adalah emosi-emosi positif tentang masa lalu, emosi-emosi positif tentang masa sekarang dan emosi-emosi

masa depan. Emosi-emosi positif tentang masa lalu mencakup misalnya: *forgiveness* (memafkan/mengampuni), dan *gratitude* (bersyukur). Emosi-emosi positif tentang masa sekarang mencakup misalnya: *mindfulness* dan *flow*. Emosi-emosi positif tentang masa depan mencakup misalnya: optimisme dan harapan (*hope*).

Berkaitan dengan siswa yang sedang menjalani proses ujian kenaikan kelas, penting bagi mereka untuk tidak bersikukuh dan bertahan dengan emosi-emosi negatif karena adanya tantangan atau hambatan dalam proses berjalannya ujian kenaikan kelas ataupun kegagalan yang di alami saat ulangan harian. Karena emosi-emosi negatif akan membuat atensi siswa menyempit menjadi terfokus dengan hambatan dan tantangan yang siswa hadapi dalam proses ujian kenaikan kelas. Oleh karena itu, siswa harus memiliki sifat optimis untuk menghadapi ujian kenaikan kelas. Dengan rasa optimisme akan menumbuhkan emosi-emosi positif siswa, sehingga siswa dapat menjalani proses ujian kenaikan kelas dengan senang dan bahagia karena siswa dapat belajar lebih tekun, yakin dalam menghadapi ujian kenaikan kelas, dan ingin mencapai prestasi yang lebih tinggi.

Bagi siswa yang akan menghadapi ujian kenaikan kelas peran optimisme menjadi sangat penting dimana optimisme dapat membantu siswa dengan segala macam tantangan dan hambatan yang dihadapi. Peterson (dalam Ekman, 2009) mengatakan bahwa individu yang memiliki optimisme mempunyai kesehatan yang lebih baik dan juga umur yang lebih panjang yang akan menghasilkan sebuah kekuatan, kegembiraan, dan mengalami emosi-emosi positif yang menyenangkan. Maka dari itu, siswa yang optimis dalam menghadapi ujian kenaikan kelas akan mencari pemecahan masalah, berpikir positif, memiliki emosi

positif, merasa yakin bahwa memiliki kemampuan dan yakin bisa mengerjakan ujian dan mengikuti proses ujian kenaikan kelas dengan senang hati dan mengerjakan semaksimal mungkin.

Sharp (2011) mengatakan orang-orang yang berpikir optimis memiliki peluang yang jauh lebih besar untuk mengalami kebahagiaan. Selain itu ada juga bukti-bukti yang mengungkapkan bahwa kebahagiaan berdampak positif pada produktivitas dan kesuksesan. Dari sini dapat disimpulkan bahwa siswa yang optimis akan menumbuhkan emosi yang positif sehingga mempunyai progres yang lebih besar dalam menghadapi ujian kenaikan kelas dengan mempersiapkan seluruh materi dan mengerjakan contoh soal semaksimal mungkin dengan senang hati dan bahagia tanpa berpikir negatif. Siswa yang melakukan sesuatu yang penuh dengan kebahagiaan akan berdampak positif pada produktivitas dan kesuksesan siswa menghadapi ujian kenaikan kelas dengan memperoleh nilai yang memuaskan. Dengan demikian, optimisme berefek lebih luas daripada sekadar menciptakan kebahagiaan individu. Dengan kata lain, optimisme memungkinkan kebahagiaan individu untuk mempengaruhi kebahagiaan orang lain di lingkungan individu tersebut karena bahagia merupakan tujuan utama yang dicapai dari emosi-emosi positif (Sharp, 2001).

Seligman (1991, dalam Ghufron dan Risnawita, 2016) mengemukakan bahwa optimisme merupakan suatu pandangan secara menyeluruh, melihat hal yang baik, berpikir positif, dan mudah memberikan makna bagi diri. Siswa yang optimis mampu menghasilkan sesuatu yang lebih baik dari yang telah lalu, tidak takut kegagalan, dan berusaha untuk tetap bangkit mencoba kembali bila gagal. Optimisme mendorong siswa untuk selalu berpikir positif dan memiliki emosi

positif bahwa sesuatu yang terjadi adalah hal yang terbaik bagi dirinya. Sejalan dengan pernyataan tersebut Belsky (dalam Ghufron dan Risnawita, 2010) mengemukakan bahwa optimisme membuat siswa memiliki energi tinggi, bekerja keras untuk melakukan hal yang penting. Pemikiran optimisme memberi dukungan pada siswa menuju hidup yang lebih berhasil dalam setiap aktivitas. Hal tersebut dikarenakan siswa yang optimis akan menggunakan semua potensi yang dimiliki dan yakin dapat meningkatkan prestasi di masa yang akan datang. Siswa yang memiliki optimis yang tinggi akan memiliki emosi positif, yang akan memotivasi siswa untuk melaksanakan proses ujian kenaikan kelas dengan penuh keyakinan dan mencapai prestasi yang lebih baik. Hal ini membuat optimis memiliki dampak terhadap emosi positif siswa sehingga memberi kontribusi secara langsung terhadap pembinaan selanjutnya dari kompetensi dan prestasi siswa.

Bachtiar (2017) mengatakan bahwa seseorang yang memiliki optimis yang tinggi dari pikiran positif akan memiliki emosi positif yang tinggi. Siswa yang optimis akan yakin mampu mengatasi semua kekurangan yang ada dan memiliki keyakinan yang kuat untuk mencapai ujian kenaikan kelas dengan nilai yang memuaskan dan mencapai apa yang diharapkan. Optimisme siswa didapat karena mampu melihat cahaya yang akan menerangi jalan hidup. Siswa yang optimis, akan mampu melihat tabir atau kegelapan yang menghalangi cita-cita dan tujuan hidup dimasa yang akan datang. Karena siswa yang optimis percaya bahwa penyebab kesulitan dalam hidup bersifat sementara, bisa diubah, dan memiliki batasan tertentu (Seligman, 2013).

James (1950, dalam Manz, 2007) mengatakan bahwa keyakinan (optimisme) yang siswa memiliki saat mengawali sebuah tindakan yang diwarnai keraguan (emosi negatif) adalah salah satunya modal yang memastikan suksesnya upaya siswa. Maksud dari pernyataan tersebut adalah bahwa jika siswa melakukan sesuatu dengan optimis dengan penuh keyakinan maka akan menghilangkan keraguan (emosi negatif) dalam diri siswa. Karena dengan keyakinan (optimis) siswa akan memiliki emosi positif dalam menghadapi tantangan yang diberikan guru saat mengerjakan soal-soal, siswa akan mampu menghadapi dan mengalahkan pikiran-pikiran negatif yang ada di dalam pikiran.

Seligman (1991, dalam Manz, 2007) menyatakan ada bukti ilmiah bahwa optimisme dapat memunculkan emosi positif yang sangat penting untuk mengatasi kekalahan, meningkatkan pencapaian (*achievement*), dan mempertahankan atau meningkatkan kesehatan. Dalam bukunya Seligman menyatakan bahwa Optimisme dapat menghindarkan dari depresi, dapat meningkatkan pencapaian, dapat meningkatkan kesehatan fisik, merupakan keadaan mental yang jauh lebih menyenangkan untuk dimiliki. Siswa yang optimis mengambil tindakan dan memiliki gaya hidup yang lebih sehat. Siswa yang optimis percaya bahwa tindakan yang dilakukan memiliki pengaruh penting (Seligman, 2013). Optimisme merupakan ciri individu yang memiliki emosi positif yang tinggi karena dengan optimis siswa mampu mengatasi kegagalan dalam mengerjakan ulangan harian dengan belajar lebih tekun dan mempersiapkan materi ujian kenaikan kelas dengan sungguh-sungguh dan kesehatan yang dijaga sebaik mungkin agar memperoleh hasil yang maksimal saat ujian kenaikan kelas dan sehat saat proses ujian kenaikan kelas berlangsung.

Individu yang optimis merasa yakin bisa menghilangkan kondisi-kondisi yang melemahkan semangat untuk belajar, sehingga siswa yang optimis akan berubah menjadi lebih baik (Seligman, 2013). Siswa yang optimis akan berpikir positif dan memiliki emosi positif sehingga memusatkan perhatiannya untuk mencari solusi agar berhasil mewujudkan cita-cita yang diharapkan (Elfiky, 2015). Siswa yang optimis merasa yakin akan mampu menghadapi kondisi-kondisi yang melemahkan siswa saat menghadapi ujian kenaikan kelas karena siswa memiliki emosi positif, sehingga siswa bisa mengatasinya dengan melakukan perubahan yang lebih baik dalam belajar dan meningkatkan kelebihan berupa rasa ingin tahu, kecintaan belajar, dan menambah kreativitas.

Daukantaite dan Bergman (2005, dalam Arif, 2016) melakukan studi longitudinal selama 30 tahun pada para perempuan Swedia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa optimisme pada masa remaja merupakan prediktor paling baik untuk memprediksi kepuasan hidup di usia pertengahan. Bahwasanya siswa yang optimis dapat menumbuhkan emosi-emosi positif siswa sehingga siswa mampu menghadapi tantangan dan hambatan selama proses Ujian kenaikan kelas dengan penuh kepuasan dan kebahagiaan. Siswa yang optimis akan memandang peristiwa yang tidak menyenangkan (tantangan dan hambatan selama proses ujian kenaikan kelas) tidak akan terulang lagi karena siswa dapat melakukan sesuatu untuk mencegahnya. Dari beberapa teori tentang optimisme peneliti dapat menarik kesimpulan bahwasanya siswa yang memiliki optimisme yang tinggi juga memiliki emosi-emosi positif yang tinggi sehingga mampu menghadapi proses ujian kenaikan kelas dengan senang hati dan tanpa berpikir negatif sehingga memperoleh nilai ujian kenaikan kelas yang maksimal dan memuaskan.

Berdasarkan fenomena diatas maka penleliti tertarik untuk meneliti hubungan dari optimisme terhadap emosi positif siswa dalam menghadapi ujian kenaikan kelas. Maka dari permasalahan diatas peneliti melakukan penelitian yang berjudul “Optimisme dan Emosi Positif Siswa Dalam Menghadapi Ujian Kenaikan Kelas”.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara Optimisme dan Emosi Positif Siswa Dalam Menghadapi Ujian Kenaikan Kelas?

C. Tujuan Penelitian

Mengetahui hubungan Optimisme Dan Emosi Positif Siswa Dalam Menghadapi Ujian Kenaikan Kelas.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan dalam pengembangan Ilmu Psikologi terutama Psikologi Positif dan Psikologi Pendidikan.

1. Manfaat Praktis

a. Bagi orang tua

Penelitian ini dapat memberikan informasi tentang pentingnya optimisme siswa dalam menghadapi ujian kenaikan kelas, sehingga orangtua dapat memberikan dukungan yang positif dengan siswa agar siswa menumbuhkan emosi-emosi yang positif.

b. Bagi siswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi mengenai keterkaitan antara emosi positif ditinjau dari optimisme sehingga siswa bisa menumbuhkan emosi-emosi yang positif dalam menghadapi ujian kenaikan kelas dengan baik dan penuh kebahagiaan agar mencapai kesuksesan dengan memperoleh nilai yang memuaskan.