

# BAB I

## PENGANTAR

### A. Latar Belakang Masalah

Menurut Furlong et al., (2013) *covitality* merupakan sinergis dari kesehatan mental positif yang dihasilkan oleh interaksi berbagai elemen psikologi positif dalam diri seseorang. Menurut Furlong et al., (2013), siswa yang memiliki *covitality* yang bagus mampu menjalani kehidupan sehari-hari di sekolah dan lingkungan tempat tinggal dengan baik. *Covitality* juga merupakan tanda siswa memiliki kesehatan sosial dan emosi yang baik, karena kesehatan sosial dan emosi merupakan bagian dari elemen psikologi positif dalam diri seseorang. Terdapat empat dimensi *covitality* yaitu, percaya pada diri sendiri (meliputi kesadaran diri, efikasi diri, dan kegigihan), percaya pada orang lain (meliputi hubungan keluarga, dukungan teman sebaya, dan dukungan sekolah), kompetensi emosi (meliputi regulasi emosi, kendali diri, dan empati), serta keaktifan dalam hidup (meliputi optimisme, semangat dan kebersyukuran).

Berdasarkan uraian di atas, *covitality* memegang peran penting dalam kehidupan sehari-hari siswa. Siswa yang memiliki *covitality* yang bagus akan memiliki kesehatan sosial emosi yang bagus. Kesehatan sosial emosi yang bagus pada siswa tampak melalui sikap percaya diri, percaya pada orang lain, memiliki kompetensi emosi yang bagus dan aktif dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan sekitar tempat tinggal dan di sekolah. Menurut KBBI (2008), sosial merupakan segala sesuatu yang berkenaan dengan masyarakat. Menurut KBBI (2008), emosi merupakan perasaan batin yang kuat, sedangkan menurut Santrock

(2002), emosi merupakan perasaan/afeksi yang timbul ketika seseorang sedang berada dalam suatu keadaan atau suatu interaksi yang dianggap penting olehnya. Emosi diperlihatkan oleh perilaku yang mengekspresikan kenyamanan atau ketidaknyamanan dari keadaan atau interaksi yang sedang dia alami.

Kemampuan bersosial dan mengendalikan emosi yang bagus, tidak hanya merupakan tanda siswa memiliki *covitality* yang baik. Akan tetapi, juga merupakan tanda siswa memiliki kesejahteraan psikologis. Menurut Ryff (Snyder & Lopez, 2002), kesejahteraan psikologis merupakan sebuah kondisi dimana siswa memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri dan orang lain, dapat membuat keputusan sendiri dan mengatur tingkah laku sendiri, dapat menciptakan dan mengatur lingkungan yang kompatibel dengan kebutuhannya, memiliki tujuan hidup dan membuat hidup mereka lebih bermakna, serta berusaha mengekspresikan dan mengembangkan dirinya. Ryff (Ryff & Keyes, 1995) menyatakan kesejahteraan psikologis terdiri dari enam dimensi, yaitu penerimaan terhadap diri sendiri, memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, kemandirian, penguasaan terhadap lingkungan, memiliki tujuan dan arti hidup serta pertumbuhan dan perkembangan yang berkelanjutan. Selain itu, setiap dimensi dari kesejahteraan psikologis menjelaskan tantangan yang berbeda yang harus dihadapi individu untuk berusaha berfungsi positif (Ryff & Keyes, 1995).

Telah diketahui bahwa pada kelas 2 SMA, siswa akan memasuki jurusan sesuai dengan pilihan dan kemampuan yang dimiliki siswa. Umumnya ada 3 jurusan yaitu IPA, IPS dan Bahasa yang mempunyai ciri-ciri tersendiri. Siswa

pada jurusan IPA, lebih banyak mempergunakan pola pikir logis dan rasional, karena materi pelajaran berupa soal-soal hitungan sehingga harus lebih teliti dalam mengerjakan soal serta mengasah untuk berfikir secara akurat dengan jawaban yang pasti. Sedangkan jurusan IPS, siswa mempunyai aktifitas menghafal, karena siswa dituntut untuk menghafalkan banyak terminologi dalam ilmu sosial. Selain itu, siswa juga harus belajar menganalisis berbagai fenomena sosial.

Setiap mata pelajaran memiliki karakteristik dan tujuan tersendiri. misalnya IPS tentang refleksi kehidupan masyarakat. Bahasa tentang retensi kata dan keterangan, sedangkan untuk IPA tentang alam dan gejalanya. Salah satu fungsi dan tujuan mata pelajaran IPA adalah mengembangkan keterampilan proses sehingga anak memiliki keterampilan proses (Depdikbud, 1993). Untuk jurusan IPS, tujuannya untuk mengembangkan kemampuan analisis sehingga anak memiliki kemampuan menganalisis fenomena sosial. Untuk jurusan Bahasa, tujuannya lebih kepada mendalami bahasa itu sendiri. Akan tetapi, karena tidak semua sekolah di Indonesia membuka jurusan bahasa, penulis membatasi penjabarannya.

Di Indonesia, terdapat perbedaan antara lingkungan jurusan IPA dan IPS di bangku SMA. Contohnya pada penelitian yang dilakukan Sutsilah (2010) di SMAN 112 Jakarta Barat. Pada penelitiannya, Sutsilah melakukan wawancara kepada wali kelas. Menurut wali kelas IPS yang sebelumnya menjadi wali kelas IPA, siswa IPS memiliki rasa solidaritas yang tinggi, cenderung santai dan lebih

susah diatur daripada siswa jurusan IPA. Sedangkan siswa jurusan IPA, terlihat kurang solid akan tetapi memiliki semangat belajar yang tinggi karena ada persaingan di dalam kelas untuk mendapatkan peringkat. Perbedaan tersebut secara langsung dan tidak langsung memberi pengaruh kepada kehidupan sehari-hari siswa khususnya di lingkungan sekolah, dalam bersikap dan berperilaku.

Berikut ada beberapa penelitian tentang kesehatan emosi pada siswa SMA. Pada penelitian yang dilakukan oleh Pusparia (2008) menunjukkan bahwa siswa jurusan IPA dan IPS yang berusia 18 tahun memiliki motivasi berprestasi akademik yang lebih tinggi daripada siswa jurusan IPA dan IPS yang berusia 16 dan 17 tahun. Selain itu, siswa perempuan jurusan IPA dan IPS juga cenderung lebih termotivasi secara akademik daripada siswa laki-laki jurusan IPA dan IPS. Selain itu, siswa jurusan IPA juga cenderung lebih tinggi motivasi berprestasi akademiknya daripada siswa jurusan IPS dan Bahasa. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi (2016) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara sikap dan pola pikir siswa kelas XI IPAdan kelas XI IPS, dimana siswa kelas XI IPA memiliki sikap dan pola pikir yang lebih bagus daripada siswa kelas XI IPS pada mata pelajaran PKN. Dari kedua penelitian tersebut diketahui bahwa terdapat perbedaan kesehatan emosi pada remaja (SMA) pada berbagai dimensi. Mulai dari gender, usia hingga penjurusan di SMA.

Pada tanggal 23 September 2016 peneliti mengunjungi SMAN di Ngaglik untuk meminta izin melakukan penelitian skripsi, dilanjutkan interview pada 4 siswa yang terdiri dari 2 siswa jurusan IPA dan 2 siswa jurusan IPS laki-

laki-dan perempuan masing-masing 1 orang. Siswa pertama VAS (perempuan) dari jurusan IPA, mengatakan bahwa dirinya kurang percaya diri dibandingkan orang lain terlebih teman dekatnya. Akan tetapi, VAS mengakui masih bisa menyemangati diri sendiri meskipun merasa kurang percaya diri dibandingkan dengan teman-temannya yang lain, karena itu pula VAS merasa lebih percaya dengan (kemampuan) orang lain. Ketika menjumpai sesuatu yang mengganggu kepercayaan dirinya pada orang lain/lingkungan sekitar VAS lebih memilih mempercayai temannya dan mengabaikan hal itu karena mengganggu dalam berhubungan sosial. VAS sangat mengenal dirinya sendiri karena dalam kehidupannya sering menjalani berbagai kegiatan yang sama. Dalam kehidupan sehari-hari VAS masih bisa mengendalikan emosinya selama tidak ada gangguan berarti dari lingkungan sekitar. Ketika menjumpai keadaan tidak menyenangkan dan emosinya mulai terganggu, VAS mencoba untuk tetap tenang dan merenung. Tingkat kemampuan mengendalikan emosinya berada di pertengahan. VAS mengakui dirinya cukup aktif dalam kegiatan sehari-hari, dan keaktifannya bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan dirinya dan itu dia lakukan atas kehendak sendiri.

Siswa kedua RPA (laki-laki) dari jurusan IPA, mengakui dirinya masih kurang percaya diri, karena persepsi negatif dalam pikirannya. Akan tetapi RPA mengakui dirinya selalu membangun kepercayaan diri secara positif dalam dirinya sendiri. RPA mengakui masih kurang bisa mempercayai orang lain, karena selalu was-was. Akan tetapi RPA mengakui, dirinya tidak mudah terprovokasi dalam pergaulan. Berdasarkan wawancara penulis dengan RPA, diketahui RPA selalu

was-was kepada orang lain, karena itu RPA cenderung kurang mampu mempercayai orang lain. RPA mengakui belum menemukan jati dirinya, karena itu pula RPA kurang mampu mengendalikan emosinya, selain karena dasarnya mudah tersinggung. Akan tetapi RPA masih bisa menyemangati dirinya sendiri dalam berbagai situasi dan kondisi. Untuk melakukannya, RPA sering menyendiri untuk mengendalikan dirinya dan menyemangati dirinya sendiri. RPA aktif mencari teman baru dalam kehidupannya. Selain itu RPA juga aktif dalam kegiatan fotografi dan keorganisasian, atau apapun itu selama bisa menambah jumlah teman. Karena tujuan keaktifannya dalam keorganisasian untuk mencari teman, RPA tidak mengharapkan timbal balik dari keaktifannya.

Siswa ketiga R (laki-laki) dari jurusan IPS, mengakui dirinya percaya dengan dirinya sendiri karena itu kehidupannya, dan apabila menemukan gangguan yang menghambat kepercayaan dirinya R berusaha menghancurkannya. R percaya pada orang lain apabila orang itu baik padanya. Jika terdapat sesuatu yang mengganggu kepercayaan dirinya pada orang lain R tidak langsung percaya dan tetap membela temannya. R cukup mengenal dirinya sendiri, karena R percaya pada dirinya sendiri. R cukup mampu mengendalikan dirinya sendiri, akan tetapi jika gangguan sudah keterlaluhan, R marah. R mengakui dirinya cukup aktif dalam kehidupan sehari-hari, terlebih dalam kegiatan keorganisasian, dan kegiatan olahraga. R melakukannya karena R suka bersosial dan suka bertemu orang-orang. Meskipun tidak ada timbal balik atas keaktifannya, R tetap selalu aktif karena R memang suka bersosialisasi.

Siswa keempat A (perempuan) dari jurusan IPS, mengakui dirinya percaya kepada dirinya karena itu kehidupannya. Jika menjumpai sesuatu yang mengganggu kepercayaan dirinya, A menolak hal itu. Karena A yakin pada dirinya sendiri. A percaya kepada orang lain, akan tetapi sepanjang orang tersebut bisa dipercaya. Selain itu A, berhati-hati dalam bersosialisasi. Apabila menjumpai gosip seputar temannya, A mengklarifikasi terlebih dahulu sebelum menerima/menolaknya. A cukup mengenal dirinya sendiri, salah satunya ketika emosi, A tahu apa yang harus dilakukannya karena A tahu mengenal dirinya sendiri. A bisa mengendalikan emosinya dalam berbagai situasi dan kondisi dan bisa menyemangati dan mengendalikan dirinya meskipun dalam keadaan yang sangat tidak menguntungkan dirinya. A aktif dalam kehidupan sehari, keaktifannya dalam lingkup organisasi, olahraga, kegiatan kepemudaan di desa. A aktif dalam kehidupan sehari-hari karena sebagai bekal masa depan, dan karena itu A tidak membutuhkan hadiah sebagai penyemangat.

Berdasarkan hasil wawancara dengan 4 siswa SMA di atas, diketahui bahwa kedua siswa jurusan IPA (RPA dan VAS) cenderung kurang percaya pada dirinya sendiri maupun orang lain, dibandingkan dengan kedua siswa (R dan A) dari jurusan IPS. Selain itu kedua siswa jurusan IPA tersebut cenderung kurang mampu bersosialisasi, akan tetapi mereka berusaha agar bisa menjalani kehidupannya dengan baik dan normal. Kedua siswa tersebut juga cenderung belum begitu matang emosinya, akan tetapi RPA masih unggul dalam kehidupan sosial dan sehari-hari dibandingkan VAS. Lain halnya dengan kedua siswa IPA tadi, kedua siswa jurusan IPS tersebut cenderung lebih percaya pada dirinya

sendiri karena itu kehidupan yang mereka jalani, R dan A juga cenderung sangat mempercayai orang lain dan bisa mengendalikan emosinya karena itu keduanya lebih suka bersosial dibandingkan VAS dan RPA. A cenderung aktif dalam kehidupan sehari-hari karena menurut A, keaktifannya berguna sebagai bekal kehidupannya kelak. R dan A aktif dalam kegiatan organisasi, olahraga dan kegiatan di desa. Keduanya sangat aktif dalam kehidupan sehari-hari dan sosial karena keduanya sangat menyukai dunia sosial.

Berdasarkan wawancara yang penulis lakukan dengan keempat siswa, diketahui terdapat perbedaan kesehatan mental. Perbedaan tersebut meliputi kemampuan dalam bersosial dan mengendalikan emosi. Siswa dari jurusan IPA cenderung kurang mampu mengendalikan emosinya dan kurang mampu bersosial, sedangkan siswa dari jurusan IPS cenderung lebih mampu mengendalikan emosinya dan lebih mampu bersosial. Perbedaan kemampuan sosial dan emosi keempat siswa tersebut juga menunjukkan bahwa kecerdasan emosi mereka berbeda. Menurut Goleman (2009) kecerdasan emosi seseorang akan berbeda antara satu orang dengan orang lainnya. Perbedaan kecerdasan emosi seseorang dipengaruhi oleh banyak hal, salah satunya oleh lingkungan. Lingkungan memberi pengaruh besar kepada kemampuan seseorang dalam mengendalikan emosinya, karena sejak dilahirkan manusia sudah berinteraksi dengan lingkungan sekitar.

Menurut Goleman (2007), ketika seseorang mengalami gangguan kestabilan emosi. Hal itu akan sangat mempengaruhi kehidupan sehari-harinya. Menurut Goleman (2007), banyak faktor yang mempengaruhi kestabilan emosi



seseorang setiap harinya, seperti pertengkaran keluarga, depresi dan keputusan. Menurut Salovey (Goleman, 2007), individu harus mengenali emosi diri sendiri, agar bisa mengelola emosi. Jika emosi bisa dikelola dengan baik, individu bisa memotivasi diri sendiri. Selain itu, individu juga harus mengenali emosi orang lain agar bisa membina hubungan dengan orang lain. Goleman (2007), juga mengatakan bahwa individu harus menyeimbangkan kadar emosi positif dan emosi negatif dalam diri agar selalu mendapat ketenangan. Selain itu, menurut Goleman (2007), individu juga harus menyeimbangkan logika dan emosinya. Jika terlalu mengedepankan logika, individu bisa mengalami kebosanan, sedangkan jika terlalu mengedepankan emosi individu bisa menjadi budak nafsu.

Pada penelitian yang dilakukan Sutsilah (2010), tentang perbandingan kecerdasan emosi pada siswa SMA jurusan IPA dan IPS. Tidak ada perbedaan yang signifikan antara kecerdasan emosi dengan alasan pemilihan jurusan pada siswa jurusan IPA. Akan tetapi, ada perbedaan yang signifikan antara kecerdasan emosi dengan alasan pemilihan jurusan pada siswa jurusan IPS. Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada koordinator BK di sekolah tersebut, sebagian besar siswa masuk ke jurusan IPA bukan karena keinginan sendiri, akan tetapi karena mengikuti teman (konformitas) dan karena disuruh orang tuanya. Menurut wali kelas IPS yang sebelumnya menjadi wali kelas IPA, siswa IPS memiliki rasa solidaritas yang tinggi, cenderung santai dan lebih susah diatur daripada siswa jurusan IPA. Sedangkan siswa jurusan IPA, terlihat kurang solid akan tetapi memiliki semangat belajar yang tinggi karena ada persaingan di dalam kelas untuk mendapatkan peringkat. Menurut wali kelas, tidak semua siswa jurusan IPA

bersemangat untuk belajar. Akan tetapi karena ada persaingan di dalam kelas untuk berprestasi, banyak siswa yang termotivasi dan giat belajar.

Berdasarkan penelitian di atas, diketahui terdapat perbedaan sikap dan perilaku sebagai akibat dari perbedaan lingkungan belajar. Siswa jurusan IPA, secara pergaulan dan kebersamaan tampak kurang solid. Akan tetapi, memiliki semangat belajar tinggi karena ada persaingan di dalam lingkungan kelas untuk mendapatkan peringkat. Sebaliknya, siswa jurusan IPS tidak terlalu mengejar prestasi akademik, dan lebih santai serta kompak. Kekompakan siswa jurusan IPS karena, siswa merasa sebagai satu keluarga, satu kesatuan dan satu persaudaraan. Sehingga apapun yang akan dilakukan, semua harus kompak.

Berdasarkan uraian di atas, terdapat beberapa hal yang mengindikasikan perbedaan kematangan emosi pada siswa jurusan IPA dan IPS. Perbedaan tersebut meliputi, perbedaan kepercayaan diri, perbedaan kepercayaan pada orang lain, perbedaan kemampuan mengendalikan emosi dan perbedaan keaktifan dalam hidup. Perbedaan tersebut dipengaruhi banyak hal, salah satunya lingkungan. Pada penelitian ini, penulis mengkaji bagaimana lingkungan jurusan IPA dan IPS pada SMA dapat mempengaruhi kesehatan sosial emosi siswa. Berdasarkan wawancara yang penulis lakukan dan penelitian Sutsilah (2010), terdapat perbedaan kesehatan sosial emosi pada siswa SMA jurusan IPA dan IPS. Perbedaan tersebut sedikit banyak dipengaruhi oleh perbedaan lingkungan pergaulan jurusan IPA dan IPS, dimana siswa jurusan IPA berada pada lingkungan penuh kompetisi sedangkan siswa jurusan IPS berada pada lingkungan yang lebih tenang dan penuh

kebersamaan. Dari temuan tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana lingkungan dapat mempengaruhi perbedaan sikap dan perilaku siswa yang merupakan bagian dari *covitality* pada siswa.

## **B. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana perbedaan *covitality* siswa SMA kelas 2 jurusan IPA dan IPS di SMAN 2 Ngaglik.

## **C. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat teoritis**

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah sebagai tambahan pengetahuan ranah ilmu psikologi, khususnya psikologi sosial dan perkembangandalam upaya memahami hal-hal yang dapat mempengaruhi kemampuan sosial dan emosi siswa dan pengaruhnya terhadap kehidupan sehari-hari siswa. Selain itu menambah perbendaharaan kajian-kajian yang telah ada sebelumnya tentang kesehatan emosi dilihat dari perbedaan penjurusan siswa di SMA.

### **2. Manfaat praktis**

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan kemampuan emosi siswa, sehingga dapat mengetahui apa saja faktor pembeda kesehatan emosi siswa SMA. Disamping itu, penelitian ini juga dapat memberikan pengetahuan kepada siswa akan pentingnya kemampuan bersosialisasi dan mengendalikan emosi dalam pergaulan dan kehidupan sehari-hari siswa SMA.

## **D. Keaslian Penelitian**

Sebagai referensi peneliti menggunakan beberapa kajian penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan kajian peneliti mengenai perbedaan kesehatan emosi siswa SMA kelas 2 jurusan IPA dan IPS. Penelitian tersebut antara lain, penelitian yang dilakukan oleh Suldo, Shaunessy dan Hardhesty (2008). Penelitian tersebut menyelidiki hubungan antara stress, penanganan dan kesehatan mental pada siswa sekolah menengah atas. Kemudian pada penelitian yang dilakukan oleh Aysan, Thompson dan Hamarat, (2001). Penelitian tersebut meneliti tentang uji strategi mengatasi kegelisahan dan kesehatan yang dirasakan siswa sekolah menengah. Kemudian pada penelitian yang dilakukan Resnick et al (1997), yang meneliti bagaimana melindungi remaja dari bahayaperilaku menyimpang.

### **1. Keaslian Topik**

Suldo, Shaunessy dan Hardhesty (2008) meneliti tentang, stress dan coping sebagai variabel bebas dan kesehatan mental siswa sebagai variabel tergantung. Aysan, Thompson dan Hamarat, (2001) meneliti tentang strategi mengatasi kegelisahan sebagai variabel bebas dan kesehatan siswa sebagai variabel tergantung. Resnick et al (1997), meneliti tentang konteks keluarga, sekolah dan karakter individu sebagai variabel bebas dan ancaman pada remaja (tekanan emosional, pikiran dan perilaku bunuh diri, kekerasan, penggunaan psikotropika dan perilaku seksual) sebagai variabel tergantung. Ketiga penelitian di atas belum ada yang mengkaji perbedaan kesehatan sosial emosi. Sehingga pada penelitian ini, peneliti hendak meneliti tentang perbedaan kesehatan sosial

emosi pada siswa SMA kelas 2 jurusan IPA dan IPS.

## **2. Keaslian Teori**

Teori yang digunakan pada penelitian sebelumnya yaitu teori Pada penelitian skripsi ini ini, peneliti menggunakan teori emosi dari Santrock (2007), Bandura (1994), Diener (2006, Goleman (2007) dan Furlong (2013).

## **3. Keaslian Alat Ukur**

Pada penelitian skripsi ini, peneliti menggunakan alat ukur yang yang diadaptasi dari alat ukur Furlong yang meneliti dan mengembangkan alat ukur Social Emotional Health Survey-System.

## **4. Keaslian Subjek Penelitian**

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan subjek siswa SMA kelas 2 dari SMA di Ngaglik setelah mendapat persetujuan dari pihak sekolah untuk mengadakan penelitian skripsi.