

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa SMA merupakan masa remaja dimana terdapat peralihan antara masa kanak menuju masa dewasa. Masa ini terjadi berbagai perubahan dalam dirinya seperti perubahan fisik, seksual, psikologis dan sosial. Banyak masalah yang terjadi pada periode ini sehingga masa remaja mendapatkan sebutan sebagai *period of storm and stress* (Hall dalam Widyanta, 2010).

Stres saat ini prevalensinya bisa dikatakan meningkat. Sekitar 75% dari seluruh penduduk di Amerika mengalami stres dan jumlahnya cenderung meningkat tiap tahun. Sementara itu di Indonesia, tercatat 1,33 juta penduduk mengalami stres. Angka ini mencapai 14% dari seluruh penduduk dengan tingkat stres berat bisa mencapai 1-3%. (Legiran, *et.al.*, 2015). Sebuah penelitian oleh Walker (2002) pada 60 orang remaja, penyebab remaja mengalami stres berasal dari hubungannya dengan teman dan keluarga, tekanan dan harapan dari diri mereka sendiri dan orang lain, tekanan di sekolah oleh guru dan pekerjaan rumah, tekanan ekonomi dan kejadian-kejadian yang ada dalam kehidupan mereka misalnya kematian, perceraian orang tua, dan penyakit yang dideritanya atau anggota keluarga (Widyanta, 2010).

Sekitar 10-60% siswa di Indonesia melaporkan bahwa dirinya mendapatkan ejekan, pengucilan, pemukulan, tendang, cemoohan bahkan dorongan dan mereka mendapatkannya setidaknya satu kali dalam seminggu. Korban tidak

jarang akan mengalami stres yang tidak hanya berpengaruh negatif pada dirinya sendiri tetapi juga pada lingkungan sekitarnya (Jerry, 2014; Sari, 2010).

Beberapa contoh lain yang dapat menyebabkan anak menjadi stres seperti saat anak mendapat tekanan dari sekolah karena beban belajar yang sangat banyak, mengejar nilai tinggi untuk lulus dan melanjutkan kuliah. Begitu pula dalam keluarga, anak sering mendapat banyak tuntutan oleh orang tuanya terlebih dalam hal pendidikan dan kondisi ekonomi keluarga dimana usia anak saat memasuki SMA merupakan usia saat anak sedang banyak keinginan tidak mau kalah dengan teman-temannya (Lisa dan Romeo, 2013).

Setiap orang memiliki daya ambang tersendiri dalam menghadapi stres. Hal ini tergantung pada keadaan *somatopsikososial* (Brodjonegoro, 1988). Salah satu cara seseorang dalam menangani situasi yang membuat mereka merasa tertekan adalah dengan adanya dukungan sosial dalam bentuk adanya pemberian informasi dan dukungan secara emosional oleh orang tua, anggota keluarga, teman, dan lingkungan masyarakat di sekitarnya (Lindahl dan Archer, 2013).

Peran orang tua dalam membantu anak menghadapi masalah dalam kehidupannya sangat besar karena akan berpengaruh pada perkembangan anak di masa depan. Orang tua harus bisa meningkatkan fungsi dalam hal asih, asuh, dan asah. Orang tua harus bisa menjaga hubungan baik dengan anak sehingga kebutuhan psikologis anak tercukupi. Dukungan psikologis dari keluarga, diharapkan anak lebih bisa mengatasi permasalahan yang dihadapi dan kemungkinan untuk mengalami stress sangat kecil (Widyanta, 2010).

Keluarga yang diharapkan dapat memberikan dukungan penuh adalah keluarga yang intim atau harmonis. Keintiman antara orang tua dan anak merupakan suatu hal yang tidak mudah dicapai sehingga harus diperjuangkan, dipelajari, dan dibina terus-menerus. Keluarga yang intim bisa diketahui dengan adanya hubungan yang erat dan sehat antara anggota keluarga sehingga mereka dapat menjadi sumber hiburan, inspirasi, dorongan untuk saling menguatkan, dan perlindungan bagi setiap anggota keluarganya. (Gunarsa, 2012).

Seperti yang dijelaskan dalam Al-Qur'an tentang bagaimana semua masalah pasti ada jalan keluarnya,

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۗ

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan.” (QS. Al-Insyirah: 5-6)

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

“Allah tidak membebani seseorang itu melainkan sesuai dengan kesanggupannya,” (QS. Al-Baqarah: 286).

Penelitian ini dilakukan di Sanggar Belajar Dita Wonosobo dengan sampel siswa kelas XII. Kelas XII merupakan tingkatan akhir di SMA yang seharusnya sudah memiliki gambaran untuk kelanjutan studinya.

Berdasar latar belakang di atas, penulis ingin mengangkat topik penelitian tentang hubungan keintiman keluarga terhadap daya tahan stres.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara derajat keintiman keluarga dengan daya tahan stres pada siswa Sanggar Belajar Dita Wonosobo?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui adanya hubungan derajat keintiman keluarga dengan daya tahan stres.

D. Manfaat Penelitian

1. Aspek Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai hubungan derajat keintiman keluarga dengan daya tahan stress pada anak dan memberikan informasi dalam pengembangan ilmu pengetahuan selanjutnya

2. Aspek Praktis

a. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadikan motivasi bagi sebuah keluarga untuk meningkatkan keintiman atau keharmonisan dalam keluarga agar anak memiliki daya tahan stres yang tinggi.

b. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pengetahuan tentang hubungan keintiman keluarga terhadap tingkat daya tahan stres pada anak.

E. Keaslian Penelitian

1. Ramdani (2005), Hubungan Tingkat Religiusitas dengan Toleransi Stres Pada Remaja Santri di Pondok Pesantren Islam Cipasung Tasikmalaya. Penelitian yang menggunakan desain penelitian *cross sectional observational* ini didapatkan hasil perhitungan dari 97 sampel yang

memenuhi kriteria didapatkan nilai Correlation didapatkan nilai sig. 0,000 dan nilai Spearman 0,438 sehingga dapat di simpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang cukup bermakna antara tingkat religiusitas dengan toleransi. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan di gunakan adalah variabel terikat/dependent diukur menggunakan instrumen yang sama (*Miller-Smith Rating Scale for Stress Tolerance*) sedangkan perbedaannya pada subyek penelitian, tempat penelitian, dan variabel bebasnya.

2. Widyanta (2010), Hubungan Antara Keintiman Orang Tua dan Remaja terhadap Kecenderungan Depresi. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional* deskriptif analitik. Hasil dari penelitian ini adalah semakin tinggi tingkat keintiman orang tua dengan remaja maka semakin rendah kecenderungan depresi yang terjadi. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah variabel bebas diukur menggunakan instrumen yang sama yaitu Instrumen Keintiman Remaja-Orang Tua (IKRO). Sedangkan perbedaannya ada pada subyek penelitian dan variabel terikatnya.
3. Oktaviani (2011), Hubungan Antara Keintiman Orang Tua-Anak dengan Derajat Depresi pada Siswa Sekolah Dasar Negeri di Kota Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Hasil pada penelitian ini adalah semakin tinggi ketintiman orang tua dengan anak maka akan semakin rendah derajat depresi pada siswa sekolah dasar. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah variabel bebas

diukur menggunakan instrumen yang sama yaitu Instrumen Keintiman Remaja-Orang Tua (IKRO). Sedangkan perbedaannya ada pada subyek penelitian dan variabel terikatnya.

4. Smith (2015), *Stress and Adolescent Coping*. Penelitian ini merupakan studi kualitatif yang membahas penyebab stres pada remaja dan cara mereka dalam menghadapi stres. Penelitian ini juga sedikit membahas bagaimana peran keluarga dalam membantu remaja menghadapi masalah di masa-masa yang sulit. Perbedaan dengan penelitian ini adalah pada desain penelitian dan penelitian ini tidak menggunakan sistem *scoring* seperti yang penulis lakukan.