

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) yang telah menyelesaikan pendidikannya umumnya akan melanjutkan pendidikan ke jenjang Perguruan Tinggi Negeri (PTN). Salah satu jalur bagi siswa untuk dapat memasuki PTN adalah melalui seleksi bersama, yaitu Seleksi Bersama Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SBMPTN) (Rismadayanti, 2021). Namun pada tahun 2023 Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek) mengganti nama seleksi SBMPTN menjadi Seleksi Nasional Berdasarkan Tes (SNBT). Seleksi SNBT merupakan jalur seleksi masuk perguruan tinggi berdasarkan hasil ujian tulis dengan metode Ujian Tulis Berbasis Komputer (UTBK) dimana siswa dapat mendaftar secara daring di seluruh Indonesia. Pada SNBT, peserta yang dapat dikatakan lulus pada seleksi ini jika nilai yang diperoleh memenuhi *passing grade* yang ditentukan oleh pihak universitas (Suwena, 2017).

Pada jalur SNBT jumlah peserta yang diterima tidak banyak, sehingga persaingan antar seluruh peserta sangat ketat. Setiap tahunnya, Lembaga Tes Masuk Perguruan Tinggi (LTMPT) menyediakan kuota daya tampung minimal 40% pada jalur SNBT dari alokasi PTN yang ada di seluruh Indonesia (Abidin & Mukminina, 2020). Daya tampung yang minim menjadikan persentase peserta yang gagal pada jalur seleksi ini cukup tinggi. Data LTMPT menunjukkan terdapat 76,17% peserta yang gagal seleksi ini pada tahun 2020, sebanyak 76,22% pada tahun 2021, dan 75,93% di tahun 2022. Tingginya persentase tidak lolos dapat

dirasakan sebagai stressor bagi siswa karena banyaknya siswa lain yang mengikuti jalur ini (Barseli dkk., 2017).

Ujian Tulis Berbasis Komputer (UTBK) termasuk kepada ujian terstandarisasi (*standardized test*) yang digunakan untuk keputusan dengan risiko tinggi (*high-stakes*), yakni seleksi masuk perguruan tinggi (Nisrokha, 2020). *Standardized test* merupakan ujian yang memiliki prosedur administrasi dan penilaian yang seragam sehingga memungkinkan untuk membandingkan prestasi satu peserta dengan peserta lainnya pada tingkat umur atau kelas (Santrock, 2011). Jika ujian dengan *high-stakes* digunakan sebagai dasar kelulusan, maka dapat memicu perkembangan stres bagi siswa yang menjalaninya (Tagher & Robinson, 2016). Stres pada tes terstandarisasi dapat mempengaruhi bagaimana tubuh seseorang merespons penyebab stres, yang pada akhirnya mempengaruhi performa dan kinerja siswa saat mengerjakan tes (Heissel dkk., 2018).

Situasi saat akan melaksanakan ujian maupun saat berlangsungnya ujian dapat berpotensi memicu reaksi stres akibat tuntutan dari lingkungan yang harus dihadapi oleh siswa (Fatmasari, 2018). Siswa yang memandang ujian sebagai situasi yang menekan, mengancam, dan berbahaya maka dapat mengakibatkan stres saat menghadapi ujian (Thoomaszen & Murtini, 2014). Siswa cenderung untuk merasakan stres menjelang ujian karena perasaan takut tidak dapat mengerjakan soal ujian, tidak tenang, tidak konsentrasi, takut jika soal ujian sulit, dan takut tidak lulus ujian (Aulina & Nashori, 2012). Hal tersebut sejalan dengan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti kepada sepuluh siswa kelas 12 di Sekolah Menengah Atas Negeri (SMAN) 8 Pekanbaru Pada Januari dan Maret

2023. Dari hasil wawancara ditemukan bahwa dalam mempersiapkan diri untuk UTBK siswa cenderung merasa stres akibat perasaan takut seperti takut menemukan soal yang sulit, takut tidak dapat menjawab soal, sehingga mendapatkan nilai yang rendah dan sulit untuk mendapatkan perguruan tinggi.

Ketua Lembaga Masuk Perguruan Tinggi (LTMPT), Mochamad Ashari, mendata sepuluh provinsi asal sekolah peserta diterima terbanyak pada SBMPTN 2022. Berdasarkan data tersebut, Provinsi Jawa Timur menjadi daerah terbanyak yang menyumbangkan siswanya ke sebaran PTN di Indonesia pada UTBK jalur SBMPTN 2022. Sepuluh Provinsi yang siswanya paling banyak diterima pada jalur SBMPTN 2022 yakni Jawa Timur sebanyak 26,781 siswa yang diterima, Jawa Barat sebanyak 19,491 siswa, Jawa Tengah sebanyak 16,222 siswa, Sumatera Utara sebanyak 15,829 siswa, DKI Jakarta sebanyak 9,630 siswa, Sulawesi Selatan sebanyak 8,902 siswa, Sumatera Barat sebanyak 8,086 siswa, Aceh sebanyak 6,303 siswa, Sumatera Selatan sebanyak 5,537 siswa, dan Lampung sebanyak 5,534 siswa.

Provinsi yang tidak termasuk pada sepuluh provinsi asal sekolah peserta diterima terbanyak pada SBMPTN 2022 adalah Provinsi Riau. Salah satu Sekolah Menengah Atas (SMA) unggul di Provinsi Riau yang direkomendasikan oleh Kemdikbud adalah SMAN 8 Pekanbaru (2023). Hal tersebut dibuktikan dengan rata-rata nilai yang diperoleh pada jalur seleksi SBMPTN pada 2021 SMAN 8 Pekanbaru berada pada urutan ke-4 di tingkat provinsi. Angka kelulusan siswa SMAN 8 Pekanbaru pada jalur seleksi SBMPTN dalam tiga tahun terakhir sebagai berikut.

Tabel 1. 1*Rekapitulasi Siswa SMAN 8 Pekanbaru Lulus SBMPTN*

Tahun	Jumlah Siswa	Persentase
2020	100 siswa	40%
2021	54 siswa	24%
2022	45 siswa	23%

Sumber: Data SMAN 8 Pekanbaru

Berdasarkan tabel 1.1 dapat dijelaskan bahwa persentase siswa SMAN 8 Pekanbaru yang masuk perguruan tinggi melalui jalur SBMPTN pada tiga tahun terakhir mengalami penurunan. Selain itu, berdasarkan data Lembaga Masuk Perguruan Tinggi (2022) SMAN 8 Pekanbaru tidak termasuk kepada top 1000 sekolah tahun 2022 berdasarkan nilai UTBK.

Papalia dkk. (2008) menyatakan bahwa remaja, khususnya siswa sekolah menengah atas, memiliki tugas yang cukup berat karena mereka menghadapi serangkaian tugas dan tuntutan yang dibebankan kepada mereka baik dari sekolah, keluarga, ataupun lingkungan sosialnya. Ketidaksiapan siswa dalam menanggung beban atas tuntutan akademik dan mengikuti serangkaian jadwal yang panjang dan padat menyebabkan kejenuhan dan stres pada siswa (Nurmaliyah, 2014). Stres yang berlebihan jika tidak diatasi pada tahap tertentu dapat menimbulkan berbagai masalah pada individu (Mahfar dkk., 2007). Kondisi stres terkadang dapat berdampak negatif bagi siswa seperti merusak suasana hati, gangguan kesehatan, hingga penurunan kinerja (Devi, 2011). Kondisi tersebut juga ditemukan pada siswa kelas 12 SMAN 8 Pekanbaru pada wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya. Dari hasil wawancara tersebut, ditemukan

bahwa dalam proses belajar untuk mempersiapkan UTBK siswa merasakan *mood* yang tidak mendukung untuk lanjut belajar, malas, merasa jenuh, hingga sakit kepala akibat tertekan dan stres.

Kondisi stres yang dialami siswa saat akan menghadapi ujian dapat mengganggu performa dalam mempersiapkan diri menghadapi ujian, khususnya Ujian Tulis Berbasis Komputer (UTBK). Ketika individu dihadapkan pada situasi yang dirasa mengancam atau melebihi kapasitasnya, dalam hal ini stres saat menghadapi UTBK, maka individu akan berupaya untuk mengurangi, mengatasi, atau menghilangkan perasaan yang mengganggu optimalisasinya (Fa'izah & Cahyanti, 2021). Dampak negatif dari stres dapat dihindari individu dengan melakukan upaya baik dari segi kognitif ataupun perilaku dalam mengatasi, mengurangi, atau menoleransi tuntutan internal dan eksternal yang disebabkan oleh hubungan individu dengan peristiwa yang dinilai stres (Lazarus & Folkman, 1984). Upaya yang dilakukan individu untuk mengatasi masalahnya disebut dengan *coping strategies*.

Coping strategies merupakan perilaku yang diarahkan secara sadar oleh individu untuk menghilangkan gejala dari stres (Nanavaty, Verma, & Patki, 2016). Lazarus dan Folkman (1984) mendefinisikan *coping strategies* sebagai upaya kognitif dan perilaku yang terus berubah dalam mengelola tuntutan internal atau eksternal tertentu yang dinilai membebani atau melebihi sumber daya individu. *Coping strategies* dapat diartikan sebagai upaya kognitif dan perilaku yang dilakukan individu dalam mengelola situasi yang dinilai berpotensi berbahaya atau menyebabkan stres (McElfattrick dkk., 2000). Fleishman dkk.

(2000) menyatakan *coping* sebagai sebuah strategi atau metode yang digunakan individu untuk mengelola keadaan yang dapat memicu stres.

Saat individu dihadapkan pada situasi yang memicu stres, maka individu akan melakukan *appraisal* (penilaian) dan *coping* (penanggulangan) (Carver, Scheier, & Weintraub, 1989). Komponen tersebut termasuk pada tiga proses dari *coping*. Proses pertama adalah *primary appraisal*, yakni proses penilaian individu terhadap bahaya atau kerugian yang ditimbulkan oleh stresor yang dianggap sebagai penentu penting dalam *coping*. Proses kedua adalah *secondary appraisal*, yakni proses penilaian terhadap tingkat pengendalian stresor yang merupakan penentuan dari strategi *coping* yang akan digunakan. Proses terakhir adalah *coping* yakni menjalankan respon terhadap situasi stres atau strategi *coping* yang dipilih (Folkman, 2013).

Coping strategies yang digunakan individu dalam menghadapi suatu masalah dapat bervariasi. Secara umum, Lazarus dan Folkman (1984) menggambarkan dua jenis strategi dari *coping* yang digunakan individu saat menghadapi situasi yang merugikan, yakni *problem-focused coping* dan *emotional-focused coping*. Pada *problem-focused coping*, individu mengatur atau mengubah masalah yang menyebabkan *distress*, sedangkan pada *emotional-focused coping* individu lebih mengatur respon emosional individu terhadap masalah. Jenis *coping* yang ketiga dikategorikan sebagai *dysfunctional coping* oleh Carver (1997), yang berfokus pada penghindaran situasi stres seperti mengalihkan diri dengan kegiatan lain hingga berhenti berusaha dalam menghadapi stresor. Perbedaan dari jenis-jenis *coping strategies* umumnya

dipengaruhi oleh beberapa hal seperti tipe masalah yang dihadapi individu, jenis kelamin, maupun kepribadian (Carver dkk., 1989).

Setiap individu memiliki perbedaan dalam mengatasi dan menghadapi berbagai permasalahan yang menimbulkan stres dalam kehidupan sehari-hari. Perbedaan tersebut dapat dipengaruhi oleh kepribadian yang dapat membantu individu dalam menghadapi permasalahannya. Ada beberapa karakteristik kepribadian yang mudah untuk terjerumus ke dalam masalah saat menghadapi hal-hal yang dapat menimbulkan stres, namun ada juga karakteristik kepribadian yang memiliki kemampuan yang tinggi dalam menghadapi permasalahan yang pada akhirnya dapat mempengaruhi mereka dalam memilih strategi koping yang akan digunakan (Putri & Hanurawan, 2022).

Karakteristik kepribadian yang berperan penting dalam mempengaruhi pemilihan *coping strategies* adalah kepribadian *hardiness* (Yuliandiny, 2019). *Hardiness* merupakan karakteristik kepribadian yang membentuk ketahanan pada individu terhadap kegagalan atau kesulitan dalam kehidupan sehari-hari (Kobasa, 1979). Individu yang mengalami stres tingkat tinggi tanpa jatuh sakit memiliki struktur kepribadian yang membedakan mereka dari individu lain yang sakit akibat stres. Karakteristik dari kepribadian *hardiness* dikaitkan dengan ketekunan seseorang saat menghadapi sebuah kesulitan. Individu dengan kepribadian *hardiness* memiliki tiga karakteristik umum; (1) komitmen, situasi dimana individu bersedia untuk berkomitmen atau terlibat dalam kegiatan atau tugas tertentu, (2) kontrol, keinginan individu untuk memiliki kendali atas peristiwa-

peristiwa penting, dan (3) tantangan, sejauh mana seseorang menganggap situasi stres sebagai tantangan untuk belajar daripada sebuah ancaman (Kobasa, 1979).

Kepribadian *hardiness* membentuk sebuah pola sikap dan keterampilan yang memberikan keberanian serta strategi untuk mengubah keadaan yang penuh tekanan menjadi peluang untuk berkembang (Maddi, 1999). Karakteristik kepribadian *hardiness* menciptakan keberanian dan motivasi dalam menghadapi stressor secara akurat dan tidak menyangkal peristiwa yang dianggap berbahaya atau membuat bencana sehingga mengarah pada *coping* yang adaptif, pemecahan masalah, serta pemberian dan penerimaan dukungan sosial. Individu dengan tingkat *hardiness* yang tinggi akan berusaha untuk mempengaruhi hasil dari peristiwa kehidupan, terlibat secara aktif, serta berusaha untuk belajar dari peristiwa kehidupan tersebut baik itu bersifat positif maupun negatif. Sebaliknya, individu dengan *hardiness* yang rendah cenderung untuk menarik diri dari situasi tertentu dalam hidup yang mereka anggap berbahaya (Anjum, 2022).

Siswa dengan *hardiness* yang tinggi cenderung lebih kuat dalam menghadapi situasi yang memicu stres dibandingkan dengan siswa yang memiliki *hardiness* rendah. Hal ini selaras dengan penelitian oleh Creed dkk. (2013) yang menunjukkan bahwa siswa dengan kepribadian *hardiness* berkomitmen untuk tugas akademis mereka, memiliki kendali atas kinerja dan hasil akademik mereka, dan bersedia untuk memperlakukan setiap tugas sebagai tantangan dan kesempatan belajar. Sebaliknya, siswa dengan *hardiness* rendah cenderung tidak dapat tumbuh dari tekanan, merasa terasingkan, tidak berdaya, dan terancam.

Kepribadian *hardiness* membantu siswa agar mampu menghadapi situasi yang memicu stres seperti menghadapi ujian masuk perguruan tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Abdollahi dkk. (2020) yang menyatakan bahwa siswa dengan tingkat *hardiness* yang tinggi lebih mungkin untuk berkomitmen pada sekolah dan kegiatan pendidikan, bereaksi positif terhadap tantangan akademik, efektif dalam menyesuaikan emosi mereka sendiri dalam mengatasi kesulitan akademik, serta menggunakan strategi koping adaptif untuk menghadapi kegagalan akademik. Maka dari itu, siswa dengan kepribadian *hardiness* cenderung untuk menunjukkan tingkat stres yang lebih rendah.

Hubungan antara *hardiness* dengan *coping strategies* dapat dilihat dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Dolgova dkk. (2019) pada remaja yang menemukan bahwa *hardiness* memiliki hubungan positif yang signifikan terhadap *problem-focused coping*. Selanjutnya penelitian oleh Hasanah dkk. (2019) pada remaja yang berhadapan dengan hukum menemukan korelasi positif yang kuat antara *hardiness* dan *emotional-focused coping*. Sedangkan penelitian oleh Thomassen dkk. (2022) menemukan bahwa *hardiness* memiliki hubungan yang negatif dengan *dysfunctional coping*. Beberapa penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *hardiness* dengan *coping strategies*.

Meskipun telah terdapat beberapa penelitian terkait *hardiness* dan *coping strategies*, namun masih belum terdapat penelitian yang meneliti hubungan antara *hardiness* dengan *coping strategies* pada siswa SMA yang akan menghadapi ujian masuk perguruan tinggi dengan metode Ujian Tulis Berbasis Komputer (UTBK).

Dari penjelasan di atas, diketahui bahwa dalam menghadapi ujian masuk perguruan tinggi terdapat banyak kondisi yang akan menimbulkan tekanan dan stres pada siswa, dimana kondisi tersebut dapat menghambat performa siswa dalam menghadapi tes yang sebenarnya. Selain itu, ditemukan juga pada siswa SMAN 8 Pekanbaru yang merasa takut untuk menghadapi UTBK sehingga timbul rasa tertekan dan stres. Maka dari pemaparan fenomena di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara *hardiness* dengan *coping strategies* pada siswa SMAN 8 Pekanbaru dalam menghadapi ujian masuk perguruan tinggi dengan metode Ujian Tulis Berbasis Komputer (UTBK).

1.2 Rumusan Masalah

Dari latar belakang masalah yang telah diuraikan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara *hardiness* dengan *problem-focused coping* pada siswa SMAN 8 Pekanbaru dalam menghadapi Ujian Tulis Berbasis Komputer (UTBK)?
2. Apakah terdapat hubungan antara *hardiness* dengan *emotional-focused coping* pada siswa SMAN 8 Pekanbaru dalam menghadapi Ujian Tulis Berbasis Komputer (UTBK)?
3. Apakah terdapat hubungan antara *hardiness* dengan *dysfunctional coping* pada siswa SMAN 8 Pekanbaru dalam menghadapi Ujian Tulis Berbasis Komputer (UTBK)?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *hardiness* dengan *coping strategies* (*problem-focused coping*, *emotional-focused coping*, *dysfunctional coping*) pada siswa SMAN 8 Pekanbaru dalam menghadapi ujian masuk perguruan tinggi dengan metode Ujian Tulis Berbasis Komputer (UTBK).

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi khususnya mengenai hubungan *hardiness* dengan *coping strategies* pada siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) dalam menghadapi ujian masuk perguruan tinggi dengan metode Ujian Tulis Berbasis Komputer (UTBK) serta diharapkan menjadi sumbangan referensi bagi keilmuan terkait.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi siswa Sekolah Menengah Atas, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman dan pengetahuan baru bagi siswa mengenai *hardiness* serta jenis *coping strategies* yang dapat digunakan untuk mengatasi stres yang dialami dalam menghadapi Ujian Tulis Berbasis Komputer (UTBK).
2. Bagi penelitian selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai rujukan serta masukan bagi penelitian yang akan datang, khususnya mengenai *hardiness* dan *coping strategies*.