

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1. Latar Belakang**

Kehidupan masa SMA merupakan periode yang menantang bagi kebanyakan remaja karena meningkatnya tuntutan akademik dibandingkan jenjang sebelumnya. Namun, di saat yang sama, mereka masih berada dalam sistem pendidikan yang lebih kaku dibandingkan perkuliahan. Pernyataan ini sejalan dengan pandangan Santrock (2019) yang menyatakan bahwa tidak seperti siswa SD dan SMP yang masih sepenuhnya dibimbing oleh guru dan orang tua, siswa SMA diharapkan mulai menunjukkan kemandirian dalam belajar dan berorientasi pada masa depan. Meski demikian, jika dibandingkan dengan mahasiswa, siswa SMA masih berada dalam sistem kontrol struktural yang ketat seperti jadwal sekolah ditentukan, absensi dikontrol, dan keputusan akademik yang seringkali masih dipengaruhi oleh orang tua dan guru (Papalia dkk., 2009). Di saat yang sama, mereka juga terikat pada pengambilan keputusan terkait masa depan mereka mulai menentukan jurusan kuliah, potensi karier, dan kesiapan memasuki dunia kerja (Aravik dkk., 2025). Kompleksitas situasi tersebut menunjukkan bahwa masa SMA sebagai periode yang strategis, penuh tantangan, sekaligus rawan dalam membentuk kesiapan akademik dan ketahanan psikologis remaja.

Ketika menghadapi tantangan akademik yang semakin meningkat, siswa SMA menunjukkan respons psikologis maupun perilaku yang sangat beragam. Sebagian siswa yang tidak mampu mengatasi tantangan akademik cenderung menunjukkan tanda-tanda maladaptasi yang bersifat psikologis maupun perilaku.

Studi yang dilakukan oleh Kustiani dkk. (2024) mengungkapkan bahwa 63% siswa SMA mengalami tingkat stres akademik yang tinggi, terutama karena adanya kesenjangan antara tuntutan belajar dengan kemampuan yang dimiliki. Kondisi tersebut memunculkan respons negatif seperti menurunnya minat belajar peserta didik, menunda pekerjaan rumah sekolah dan memilih melakukan kegiatan yang dianggap lebih menyenangkan. Temuan serupa oleh Kim (2024) menyatakan bahwa tantangan akademik yang tinggi dapat memicu stres secara signifikan, dan dalam kondisi demikian, siswa dengan stres akademik tinggi cenderung menghindari aktivitas belajar dan menarik diri dari lingkungan sosial, alih-alih mengupayakan solusi konstruktif untuk menghadapi tantangan tersebut.

Menariknya, meski bagi sebagian siswa tantangan akademik sering kali meningkatkan stress akademik dan mendorong munculnya respons maladaptif, sebagian lainnya justru memperlihatkan kemampuan untuk tetap termotivasi dan terlibat dalam proses belajar secara aktif. Pernyataan ini sejalan dengan temuan Conner dan Pope (2013) yang menyatakan bahwa 33% siswa SMA yang tetap terlibat secara penuh dalam aktivitas belajar cenderung memperoleh GPA yang lebih tinggi, lebih sedikit melakukan kecurangan, serta melaporkan tingkat kekhawatiran dan stres akademik yang lebih rendah. Penelitian Kauts dan Sharma (2009) juga menemukan bahwa meskipun siswa SMA berada dalam kondisi tekanan akademik tinggi, sebanyak 74% dari mereka tetap mampu menunjukkan peningkatan prestasi akademik ketika dibekali dengan kemampuan adaptif untuk menghadapi tantangan secara positif. Berdasarkan kedua temuan sebelumnya, dapat diketahui bahwa tantangan akademik yang semakin meningkat belum tentu

menyebabkan munculnya respons negatif, selama siswa mampu memaknainya sebagai peluang untuk tumbuh, bertahan, dan bahkan meningkatkan capaian akademiknya sekalipun sedang dihadapkan pada tantangan yang tinggi.

Perbedaan respons yang ditunjukkan oleh siswa SMA tidak hanya mencerminkan besarnya tantangan yang dihadapi, tetapi juga menggambarkan adanya variasi dalam kemampuan adaptif secara psikologis dan perilaku dari diri siswa ketika menghadapi tantangan akademik itu sendiri (Putwain dkk., 2020). Hal ini mengartikan bahwa dengan intensitas tekanan yang sama belum tentu menghasilkan respons yang serupa, karena bergantung pada seberapa jauh siswa mampu menafsirkan, mengelola, dan merespons tekanan tersebut secara psikologis dan perilaku. Azadi dan Abdollahzadeh (2020) menemukan bahwa siswa yang merasa dirinya kompeten dan mampu mengelola emosi secara positif cenderung lebih siap dan lebih cepat bangkit saat menghadapi kegagalan akademik. Selain itu, emosi positif seperti optimisme dan ketekunan terbukti membantu siswa bersikap proaktif dalam mengatur strategi belajar serta menghindari perilaku penghindaran (Hirvonen dkk., 2019). Dengan demikian, perbedaan respons yang ditunjukkan oleh siswa SMA dalam menghadapi tantangan akademik tidak semata-mata dipengaruhi oleh karakteristik tantangan itu sendiri, tetapi juga dijelaskan oleh variasi dalam kemampuan adaptif siswa SMA itu sendiri.

Dalam konteks psikologi pendidikan, kemampuan adaptif yang memungkinkan siswa menghadapi tekanan akademik harian secara efektif dikenal dengan istilah *academic buoyancy*. Konsep ini diperkenalkan oleh Martin dan Marsh (2008) sebagai bentuk ketahanan akademik sehari-hari (*everyday academic*

*resilience*), yang merujuk pada kemampuan siswa untuk mengatasi tantangan-tantangan akademik sehari-hari, seperti mendapatkan nilai buruk, tenggat waktu tugas yang ketat dan terkadang singkat, tekanan saat menghadapi ujian, serta beban pelajaran yang sulit. Martin dan Marsh (2008) juga menegaskan bahwa *academic buoyancy* berperan penting dalam menjaga motivasi dan keterlibatan belajar siswa dalam jangka panjang. Dengan kata lain, *academic buoyancy* membantu siswa untuk tetap bertahan dan tidak kehilangan arah meskipun tantangan-tantangan tersebut tampak kecil secara individual. Datu dan Yuen (2018) memperkuat hal ini dengan menyatakan bahwa *academic buoyancy* adalah kemampuan siswa untuk mampu menghadapi kemunduran akademik secara efektif dan tidak mudah kehilangan arah ketika mengalami kegagalan.

Sejalan konsep *academic buoyancy* sebagai kemampuan untuk bangkit dari hambatan akademik sehari-hari, dalam konteks siswa SMA, munculnya hambatan dan tantangan akademik merupakan hal yang umum terjadi. Mengingat pada masa ini siswa punya lebih banyak tuntutan dari pada periode pendidikan sebelumnya, termasuk tekanan untuk memenuhi ekspektasi orang tua dan sekolah (Joshi dkk., 2012). Menyikapi hal tersebut diketahui bahwa siswa yang memiliki *academic buoyancy* tinggi cenderung mengalami lebih sedikit harapan gagal dan perilaku penghindaran, serta lebih banyak emosi positif dalam proses belajar (Hirvonen dkk., 2019). Selain itu, mereka lebih mampu menunjukkan rasa percaya diri terhadap kemampuan akademiknya, pengelolaan emosi yang jauh lebih stabil, serta memiliki komitmen belajar yang konsisten meski sedang dihadapkan pada suatu tantangan (Granziera dkk., 2022). Sebaliknya, saat siswa memiliki tingkat



*academic buoyancy* rendah, mereka sering kali mudah menyerah, menghindari tugas, dan mengalami stres berlebih saat menghadapi kegagalan kecil (Hirvonen dkk., 2019). Hal ini menunjukkan bahwa siswa SMA yang memiliki *academic buoyancy* berpotensi lebih besar untuk meraih keberhasilan akademik jangka panjang, karena mereka mampu menjaga motivasi belajar dan mengelola tekanan minor sebelum berkembang menjadi masalah yang lebih besar.

Berbicara tentang *academic buoyancy*, menurut Martin dan Marsh (2009) terdapat faktor yang secara langsung diketahui memiliki dampak langsung dalam mengembangkan kemampuan ini, salah satunya adalah lingkungan keluarga. Faktor ini tidak hanya sebatas pada penyediaan fasilitas belajar, tetapi mencakup kualitas hubungan yang hangat, dukungan emosional, pola asuh yang suportif, serta perasaan aman dan terhubung secara psikologis dengan orang tua. (Martin & Marsh, 2009). Pendapat ini sejalan dengan temuan Safa dkk. (2021) yang menunjukkan bahwa suasana emosional keluarga yang positif memperkuat ketahanan akademik melalui keterlibatan siswa SMA dalam belajar. Bahkan lebih awal, Duchesne dan Larose (2007) menemukan bahwa keterikatan emosional yang aman dengan orang tua menciptakan rasa aman psikologis pada remaja, yang memungkinkan mereka membentuk tujuan belajar yang bermakna, memiliki motivasi intrinsik yang kuat, serta menunjukkan ketekunan dan regulasi diri dalam menghadapi tantangan akademik. Artinya, keharmonisan dalam relasi orang tua-anak di rumah tidak hanya menjadi sumber dukungan, tetapi juga membekali remaja dengan keyakinan diri dan arah belajar yang jelas ketika mereka berada di lingkungan sekolah yang penuh berbagai tantangan.

Memahami pengaruh peran orang tua terhadap *academic buoyancy* siswa SMA melalui kedekatan emosional yang hangat, pengasuhan suportif dan responsif, serta pola komunikasi yang terbuka menggambarkan bahwa hubungan orang tua dengan siswa SMA sebagai anak berjalan dengan positif dan berkualitas (Martin & Marsh, 2009; Burke dkk., 2021). Hubungan antara orang tua–anak menurut Burke dkk. (2021) terutama saat anak sudah memasuki masa remaja disebut sebagai *parent–adolescent relationship* dan didefinisikan sebagai hubungan yang mencerminkan sejauh mana remaja sebagai seorang anak memandang hubungan mereka dengan orang tua sebagai sebuah hubungan yang hangat, suportif, dan minim konflik. Laursen dan Collins (2009) menjelaskan bahwa kualitas hubungan orang tua–anak ketika anak berada pada fase remaja memiliki pengaruh jangka panjang terhadap kesejahteraan psikologis, pencapaian akademik, hingga keberhasilan di masa dewasa. Hal ini menunjukkan bahwa *parent–adolescent relationship* yang positif dan berkualitas mampu memberikan remaja rasa aman secara psikologis sekaligus juga membantu remaja mengembangkan keterampilan sosial dan emosional dengan baik.

Hubungan antara orang tua dan anak pada masa remaja diketahui tidak hanya mempengaruhi aspek keterampilan sosial dan emosional, tetapi juga berperan dalam mendukung atau menghambat ketahanan akademik harian remaja sebagai siswa SMA. Pernyataan ini sejalan dengan konsep dari *academic buoyancy* itu sendiri, dimana siswa yang memiliki hubungan yang suportif dengan orang tua lebih mampu bangkit dari kegagalan dan tetap termotivasi dalam belajar (Martin & Marsh, 2008). Selain itu penelitian oleh Hejazi dan Abasi (2021) juga mempertegas

bahwa persepsi positif remaja terhadap hubungan mereka dengan orang tua secara signifikan memengaruhi orientasi tujuan belajar mereka di sekolah yang selanjutnya bisa meningkatkan *academic buoyancy*. Mekanisme ini terjadi karena hubungan yang suportif membantu remaja atau siswa SMA dalam membentuk efikasi diri dan mengurangi kecemasan akademik, dimana keduanya merupakan prediktor penting dalam *academic buoyancy* (Hejazi & Abasi, 2021). Berdasarkan pemaparan di atas, dapat dipahami bahwa *parent-adolescent relationship* merupakan salah satu faktor yang berkaitan dengan *academic buoyancy* siswa, terutama karena relasi tersebut menyediakan dasar emosional dan motivasional yang memungkinkan siswa bertahan dalam menghadapi tekanan belajar harian.

Sejumlah penelitian terdahulu telah meneliti hubungan antara *parent-adolescent relationship* dan *academic buoyancy* pada siswa SMA, baik secara langsung maupun tidak langsung. Penelitian oleh Hejazi dan Abasi (2021) mengungkapkan bahwa persepsi siswa terhadap hubungan yang suportif dengan orang tua berkorelasi positif dengan tingkat *academic buoyancy* siswa SMA. Korelasi kedua variabel ini dimediasi oleh pencapaian *personal best goals* siswa SMA sebagai target belajar yang berorientasi pada peningkatan diri dibandingkan pencapaian sebelumnya. Sementara itu melengkapi temuan tersebut, Garavand (2022) menyoroti sisi sebaliknya dengan menyatakan bahwa konflik dalam hubungan orang tua-anak yang dikombinasikan dengan perasaan kesepian siswa secara signifikan memperburuk kemampuan siswa dalam menghadapi tekanan akademik harian di sekolah. Kedua temuan ini menunjukkan bahwa baik hubungan yang positif maupun negatif dalam keluarga (*parent-adolescent relationship*)

sama-sama memiliki keterkaitan yang signifikan dengan keberfungsian akademik remaja, terutama dalam konteks kemampuan mereka bertahan dan bangkit dari tantangan akademik sehari-hari dan berulang (*academic buoyancy*).

Sejumlah penelitian yang telah mengkaji keterkaitan antara *parent-adolescent relationship* dan *academic buoyancy*, menunjukkan bahwa kualitas hubungan antara orang tua dan remaja berkaitan dengan kemampuan ketahanan belajar siswa. Akan tetapi studi-studi tersebut masih memiliki keterbatasan dalam menjelaskan hubungan langsung kedua variabel ini secara komprehensif. Penelitian oleh Hejazi dan Abasi (2021), misalnya, berfokus pada peran *personal best goals* sebagai mediator tanpa mengeksplorasi secara menyeluruh bagaimana kualitas hubungan orang tua dan remaja berkorelasi dalam meningkatkan *academic buoyancy* itu sendiri. Selain itu, penelitian ini hanya melibatkan siswi perempuan, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan secara lebih luas. Demikian juga dengan penelitian Garavand (2022), studi ini hanya melihat hubungan orang tua-anak dengan fokus pada dimensi konflik yang kemudian dimediasi oleh kesepian, sehingga belum mencakup kualitas hubungan secara menyeluruh. Di samping itu, hingga saat ini, belum banyak studi maupun penelitian di Indonesia yang secara spesifik meneliti hubungan antara *parent-adolescent relationship* dengan *academic buoyancy* pada siswa SMA di Indonesia.

Berdasarkan uraian di atas, dapat dipahami bahwa *parent-adolescent relationship* merupakan salah satu faktor yang relevan dalam menjelaskan variasi *academic buoyancy* pada siswa SMA. Dalam menghadapi tantangan akademik yang semakin kompleks, dukungan emosional, kedekatan, dan pengasuhan yang



suportif dari orang tua diyakini mampu membantu siswa merespons tekanan akademik secara lebih adaptif. Namun, masih terbatasnya kajian yang secara langsung mengaitkan kualitas hubungan orang tua–anak dengan *academic buoyancy* di kalangan siswa SMA Indonesia menjadi alasan penting untuk melakukan penelitian ini. Oleh karena itu, studi ini dilakukan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan mengkaji keterkaitan antara *parent–adolescent relationship* dan *academic buoyancy*, serta memahami dinamika relasi keluarga dalam mendukung ketahanan akademik siswa SMA di Indonesia.

## 1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara *parent–adolescent relationship* dengan *academic buoyancy* pada siswa SMA?”

## 1.3. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *parent–adolescent relationship* dengan *academic buoyancy* pada siswa SMA.

## 1.4. Manfaat Penelitian

### 1.4.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sumber bacaan dan memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian psikologi, khususnya dalam ranah psikologi pendidikan, psikologi keluarga, dan psikologi perkembangan, dengan menyoroti pentingnya kualitas hubungan orang tua–anak (*parent–adolescent*

*relationship quality*) dalam membentuk daya tahan akademik siswa (*academic buoyancy*). Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi sumber rujukan atau literatur tambahan bagi pengembangan teori maupun penelitian selanjutnya yang membahas faktor-faktor penentu keberhasilan akademik dari aspek relasi keluarga.

#### **1.4.2. Manfaat Praktis**

1. Bagi orang tua, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam meningkatkan kualitas interaksi dan pola pengasuhan, guna membangun hubungan yang lebih positif dengan anak.
2. Bagi siswa SMA, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya peran keluarga, khususnya hubungan dengan orang tua, dalam membentuk kesiapan menghadapi tantangan akademik di setiap tahapan pendidikan.
3. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat menjadi acuan awal untuk memperluas atau memperdalam kajian mengenai hubungan antara faktor lingkungan keluarga dan ketahanan akademik.
4. Bagi pihak sekolah, Hasil penelitian ini dapat memberi gambaran pentingnya kualitas hubungan orang tua-anak untuk mendukung ketahanan akademik siswa. Informasi ini bisa menjadi pertimbangan bagi sekolah dalam menyusun program dukungan psikososial yang melibatkan orang tua, seperti kerja sama dengan wali murid, seminar *parenting*, atau layanan konseling keluarga, demi menciptakan lingkungan belajar yang lebih responsif terhadap kesejahteraan siswa.