

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam dunia pendidikan prestasi merupakan hal yang dianggap penting. Keberhasilan seorang anak dalam mengenyam pendidikan ditentukan oleh capaian prestasi akademiknya. Ada anak yang memiliki prestasi akademik yang bagus dan mampu menyelesaikan masalah akademik dengan mudah. Namun, ada juga anak yang mengalami masalah akademik, sehingga mengalami kesulitan dalam mengikuti pembelajaran di sekolah.

Dari penelitian awal yang dilakukan oleh peneliti pada tahun 2019, ditemukan fakta anak yang mengalami kesulitan dalam mencapai prestasi akademik yang bagus dapat disebabkan oleh banyak faktor, antara lain: kemampuan inteligensi, minat, hingga masalah motivasi. Dalam hal ini motivasi yang berkaitan dengan prestasi akademik adalah motivasi positif dan negatif. Salah satu emosi negatif yang paling banyak dikeluhkan adalah kecenderungan depresi yang dialami oleh anak remaja (Carver dan Smith, 2010).

Depresi merupakan hal yang biasa terjadi pada remaja, namun gejala depresi pada remaja sering kali diabaikan dibandingkan dengan gejala depresi yang terjadi pada fase dewasa (Praptikaningtyas, Wahyuni, Aryani, 2019). Hal tersebut dikarenakan gejala depresi pada remaja dianggap merupakan: kepekaan perasaan yang berlebihan, *mood* yang berubah-ubah, dan gejala yang berfluktuasi. Depresi juga bisa tidak tampak jika masalah primer dari depresi tidak

menggambarkan adanya perubahan seperti: gejala fisik, kecemasan, penyalahgunaan zat, permasalahan tingkah laku dan penurunan pencapaian akademik. Gangguan depresi pada remaja juga menyebabkan peningkatan resiko konsumsi rokok, penyalahgunaan zat, penurunan fungsi sosial, dan penurunan prestasi akademis (Flett, Druckman, Hewitt, Wekerle, 2012).

Paparan tersebut sesuai dengan fakta lapangan yang ditemui oleh peneliti saat wawancara dan observasi pada bulan Oktober 2019. Orangtua dari beberapa anak yang bersekolah di salah satu SMP di kota Semarang sering kali mengeluhkan bahwa mereka acap kali dipanggil ke sekolah karena prestasi anak yang jelek, perilaku anak yang sensitif, sulit beradaptasi, dan sering kali marah. Hal itu membuat mereka menjadi bermasalah dalam hal prestasi akademiknya dan bahkan ada yang harus pindah dari sekolah. Ada banyak manifestasi simtom depresi yang dialami oleh remaja. Mulai dari manifestasi fisik, emosi, hingga sosial.

Manifestasi depresi secara fisik ditunjukkan dengan remaja yang cenderung malas, badan tidak bersemangat, terkadang sakit-sakitan, dan perilaku menghindar lainnya. Manifestasi depresi secara emosi dapat dilihat dari kecenderungan remaja yang tidak memiliki motivasi untuk belajar, mudah sekali menyerah, dan cenderung bersikap acuh dengan tugas-tugas yang diberikan. Sedangkan manifestasi depresi secara sosial dapat dilihat dari perilaku remaja yang lebih senang menyendiri, tidak memiliki teman, dan memiliki hubungan interpersonal yang buruk dengan orang lain.

Dari ketiga manifestasi depresi tersebut membuat remaja yang tidak

memiliki regulasi interpersonal yang baik akan cenderung menyerah dan tidak memiliki prestasi belajar yang bagus. Banyak faktor yang membuat remaja tidak dapat memiliki prestasi yang gemilang sesuai dengan potensinya. Faktor tersebut bisa berasal dari faktor internal dan juga bisa berasal dari lingkungan tempat tinggal mereka atau faktor eksternal. Salah satu faktor internal yang mempengaruhi prestasi akademik adalah sikap sosial mereka khususnya kemampuan dalam melakukan regulasi emosi ketika melakukan hubungan interpersonal (Marroquin, 2011). Lebih lanjut Webb (2017) mengatakan bahwa remaja cenderung rentan untuk mengalami masalah regulasi emosi interpersonal dengan teman seusianya. Remaja lebih berpotensi mengalami masalah regulasi emosi, khususnya pada *setting* sosial yang mengakibatkan mereka rentan mengalami gangguan interaksi sosial dan depresi (Webb, 2017).

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa kondisi depresi pada remaja akan mempengaruhi prestasi akademiknya. Remaja yang depresi cenderung memiliki prestasi akademik yang rendah jika dibandingkan dengan remaja yang tidak depresi. Tetapi ada beberapa kasus ditemukan remaja yang depresi dan mengalami tekanan mental, tetap memiliki prestasi akademik yang baik. Salah satu faktor yang mempengaruhi adalah faktor internal yakni kemampuan regulasi emosi interpersonal dari remaja itu sendiri. Di sini kemampuan regulasi emosi interpersonal yang baik dapat membuat seorang individu tetap berprestasi bagus, meskipun sedang mengalami tekanan (Williams, Morelli, Ong, Zaki, 2018).

Berdasarkan paparan latar belakang permasalahan tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan pengkajian lebih lanjut mengenai masalah prestasi

akademik pada remaja yang ditinjau dari kemampuan regulasi emosi interpersonal dan tingkat depresinya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah ada hubungan antara prestasi akademik terhadap regulasi emosi interpersonal dan tingkat depresi pada remaja?”

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara prestasi akademik terhadap regulasi emosi interpersonal dan tingkat depresi pada remaja.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Peneliti berharap hasil penelitian dapat memberikan manfaat dan memperkaya penelitian-penelitian psikologi, terutama bagi pengembangan ilmu psikologi perkembangan, psikologi klinis anak, pendidikan dan yang berkaitan dengan remaja.

2. Manfaat Praktis

Peneliti mengharapkan agar hasil dari penelitian ini dapat memberikan masukan informasi bagi sekolah, orang tua dan pihak-pihak yang tertarik dalam menangani kasus remaja dalam hal prestasi akademik, regulasi emosi interpersonal, dan tingkat depresinya.