

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa dan menjadi tahapan penting dalam kehidupan seseorang (Rumini & Sundari, 2004). Masa remaja (*adolescence*) adalah suatu fase tumbuh kembang yang dinamis dalam kehidupan seorang individu, dimulai ketika anak berada pada rentang usia 10-19 tahun (WHO, 2004).

Data demografi menunjukkan bahwa sebagian besar penduduk di dunia merupakan remaja. Menurut World Health Organization (WHO), sekitar seperlima dari penduduk dunia merupakan remaja berumur 10-19 tahun, dan sekitar sembilan ratus juta jiwa berada di negara berkembang. Data demografi di Amerika Serikat menunjukkan jumlah remaja berumur 10-19 tahun sekitar 15% populasi. Di Asia Pasifik jumlah penduduknya merupakan 60% dari penduduk dunia, seperlimanya adalah remaja berumur 10-19 tahun. Di Indonesia menurut Biro Pusat Statistik kelompok umur 10-19 tahun terdiri dari 50,9% remaja laki laki dan 49,1% remaja perempuan. Tahun 2008 data profil kesehatan Indonesia mencatat penduduk Indonesia yang tergolong usia 10-19 tahun adalah sekitar 44 juta jiwa atau 21% yang terdiri dari 50,8% remaja laki-laki dan 48,2% remaja perempuan (Depkes, 2008)

Menurut Santrock (dalam Anggaraningtyas et al., 2013), perkembangan remaja yang pesat secara fisik, mental dan emosional

menyebabkan mereka terus - menerus dihadapkan pada banyak permasalahan. Pernyataan ini sesuai dengan pernyataan yang telah dikemukakan Psikologi remaja yaitu Stanley Hall pada abad ke-20, bahwa masa remaja merupakan masa yang penuh badai dan penuh tekanan / masa storm and stress. Perubahan biologis meliputi perubahan fisik individu, sedangkan perubahan kognitif meliputi perubahan cara berpikir, kecerdasan, dan bahasa tubuh, dan perubahan sosial emosional meliputi perubahan dalam hubungan pribadi dengan orang lain, baik dalam lingkungan keluarga, lingkungan sekolah maupun lingkungan sekitar, dalam emosi, kepribadian dan konsep diri. Nasution (2017), menjelaskan bahwa sebagian besar remaja, hambatan yang muncul dalam kehidupan sehari-hari akan berdampak serius pada kesehatan fisik dan mental mereka, menghancurkan motivasi dan kemampuan mereka untuk sukses di sekolah dan dapat merugikan hubungan pribadi mereka.

Pendidikan pada masa sekarang dan kepribadian tiap individu sangat menentukan sikap - sikap dan harapan. Faktanya, pada masa-masa ini, remaja sering kali mengalami kendala pada kinerja akademik atau prestasinya yang akan mempengaruhi penilaian individu terhadap kondisi dan kesejahteraan sekolah, oleh karena itu Mengapa siswa harus mampu mengatasi stres (Koping Stress) dengan baik. Stres pada siswa dapat dianggap sebagai tekanan yang mempengaruhi perilaku, oleh karena itu diperlukan kemampuan pribadi dalam mengatasi stres. Setiap individu menentukan cara menghadapi stres secara berbeda-beda, dalam hal ini setiap orang berharap dapat memberikan dampak

positif terhadap stres yang dialaminya. Oleh karena itu, respons stres setiap individu dapat berbeda-beda dari waktu ke waktu (Putri Arinda Siwi, 2018).

Menurut (Kozier et al., 2010), stres adalah suatu kondisi dimana seseorang mengalami perubahan sehingga menimbulkan respon atau reaksi (Kurniyawan et al., 2023). Stres akademik merupakan salah satu permasalahan yang sering dihadapi remaja, karena mereka merasa kurang mampu menghadapi tekanan dan tuntutan lingkungan belajar untuk mencapai nilai sesuai standar yang telah ditetapkan Nilai Ketuntasan Minimal (SKM) yang telah ditetapkan. Lingkungan juga mempengaruhi remaja dalam proses belajarnya karena jika temannya tidak mampu belajar maka remaja yang satu kelas juga bisa terkena dampaknya. Dalam hal ini siswa SMA/SMK termasuk dalam kelompok remaja yang kesehariannya lebih banyak menghabiskan waktu di sekolah sehingga menjadikan siswa rentan terhadap stres di sekolah (Irwansyah et al., 2021).

Untuk menghadapi berbagai permasalahan dan perubahan yang muncul, remaja memerlukan mekanisme koping yang tepat. Mekanisme koping adalah metode atau strategi yang digunakan individu untuk memecahkan masalah, beradaptasi terhadap perubahan, dan merespon situasi yang mengancam. Pemilihan mekanisme koping yang tepat sangat diperlukan bagi remaja pada tahap perkembangan ini karena remaja akan mampu beradaptasi dan mengatasi dengan tepat berbagai permasalahan yang dihadapinya. Jika mekanisme koping digunakan secara tidak tepat, remaja tidak hanya tidak dapat menyelesaikan permasalahannya, namun juga dapat menimbulkan

permasalahan baru yang dapat merugikan dirinya sendiri dan orang lain. Sebab sebagian besar remaja melakukan perilaku menyimpang sebagai wujud rasa frustasinya karena tidak mampu menyelesaikan permasalahannya sendiri. Menurut Stuart & Sundeen (dalam Setyaningsih, 2019) mekanisme koping berdasarkan penggolongannya dibagi menjadi 2, yaitu Mekanisme koping adaptif dan Mekanisme koping maladaptif. Secara umum strategi koping dibagi menjadi dua macam. Strategi koping berfokus pada masalah, dan strategi koping berfokus pada emosi. Strategi koping yang berfokus pada masalah, dimana individu secara aktif mencari penyelesaian dari masalah untuk menghilangkan kondisi atau situasi yang menimbulkan stres.

Berdasarkan penelitian (Wijayanti, 2012) dapat dilihat bahwa hampir seluruh dari responden yaitu / 163 siswa ( 89%) menggunakan strategi koping yang berfokus pada masalah, sedangkan sebagian kecil dari responden yaitu 5 siswa (7%) menggunakan strategi koping yang berfokus pada emosi. Dari penelitian tersebut dapat disimpulkan kemungkinan siswa sudah memiliki persiapan yang matang dalam menghadapi masalah. Dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian lain tersebut kurangnya mekanisme koping yang kuat untuk menurunkan tingkat stress dan menggunakan strategi koping yang adaptif.

Menurut Rasmun dalam (Pathmanathan, 2013), Pada umumnya seseorang yang mengalami ketegangan psikologik dalam menghadapi masalah kehidupan sehari-hari memerlukan kemampuan pribadi maupun dukungan dari lingkungan yang penting adalah dukungan keluarga agar dapat mengurangi

stres. Cara yang digunakan oleh individu untuk berespon terhadap stressor itulah yang disebut dengan mekanisme koping.

Peran keluarga dinilai sangat penting bagi perkembangan remaja, karena keluarga merupakan wadah bagi remaja untuk berinteraksi dan belajar mengekspresikan emosinya, mengenal hubungan anak dengan orang tuanya, sikap orang tua terhadap masyarakat dan lingkungan sekitar, penanaman nilai-nilai yang diberikan orang tua, serta penyelesaian permasalahan dengan tekanan yang timbul dari lingkungan sekitar (Kurniyawan et al., 2023). Keluarga bagi remaja mempunyai banyak fungsi seperti mengasuh dan membimbing remaja, memecahkan masalah, dan saling menjaga antar anggota. Keluarga berperan sebagai sistem sosial yang dapat membentuk karakter dan moral remaja. Keluarga merupakan tempat paling nyaman bagi seorang remaja. Dari keluarga segala sesuatu dapat berkembang, termasuk kemampuan berintegrasi dengan masyarakat, kesadaran diri, berpendapat, bahkan perilaku menyimpang (Subianto, 2013)

Melihat permasalahan tersebut, upaya untuk mengatasi koping stress remaja adalah dengan melakukan *Family therapy*, *Family Therapy* adalah cara baru untuk mengetahui permasalahan seseorang, memahami individu, perkembangan symptom dan cara pemecahannya. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan (Kusbaryanto, 2020) bahwa *family therapy* digunakan untuk edukasi dalam mencegah koping remaja mengarah tidak efektif (maladaptif), yang mana *family therapy* merupakan salah satu tindakan

yang efektif untuk mengatasi koping remaja mengarah ke koping efektif (adaptif) dalam remaja tingkat akhir.

Dari studi pendahuluan, berdasarkan hasil wawancara tanggal 27 september 2023 di SMK Kesehatan Darussalam Bergas kelas XII dibagi menjadi 3 kelas, XII AKP1 berjumlah 28 siswa/siswi, XII AKP2 berjumlah 27 siswa/siswi, dan XII TLM berjumlah 32 siswa/siswi. Jadi total kelas XII di SMK Kesehatan bergas berjumlah 87 siswa/siswi. Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan pada 10 siswa / siswa kelas XII SMK Kesehatan Darussalam Bergas mengatakan bahwa remaja sering mengalami berbagai masalah dalam kehidupannya sehingga remaja membutuhkan bantuan dari orang tua. Siswa / siswi kelas XII SMK Kesehatan Darussalam Bergas juga mengatakan Peranan orang tua dalam permasalahan yang membuat stress remaja sangat penting, karena orang tua bisa memberikan semangat, memotivasi dan menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi oleh remaja, sehingga koping remaja lebih mengarah efektif (adaptif).

Berdasarkan hal diatas, penulis ingin meneliti tentang “Pengaruh *Family Therapy* Terhadap Koping Remaja Tingkat Akhir di SMK Kesehatan Darussalam Bergas” guna mengetahui pengaruh *Family Therapy* ini terhadap koping remaja tingkat akhir.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan fenomena tersebut diatas, maka rumusan masalahnya adalah “Bagaimana pengaruh *Family Therapy* terhadap koping remaja tingkat akhir di SMK Kesehatan Darussalam Bergas ?”

### **C. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui pengaruh *Family Therapy* terhadap coping remaja tingkat akhir di SMK Kesehatan Darussalam Bergas

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui gambaran coping remaja tingkat akhir di SMK Kesehatan Darussalam Bergas sebelum diberikan *Family Therapy*.
- b. Mengetahui gambaran coping remaja tingkat akhir di SMK Kesehatan Darussalam Bergas sesudah diberikan *Family Therapy*
- c. Mengetahui pengaruh *Family Therapy* terhadap coping remaja tingkat akhir di SMK Kesehatan Darussalam Bergas

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan mengenai *Family Therapy* terhadap coping remaja SMK Tingkat akhir

#### **2. Manfaat Praktis**

##### **a. Bagi Siswa**

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat yang cukup berarti pada remaja tingkat akhir ini.

##### **b. Bagi Sekolah**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan atau dijadikan sebagai referensi oleh Lembaga Pendidikan untuk pengembangan

pengetahuan tentang intervensi keperawatan yang dapat mempengaruhi dalam mengatasi coping remaja.

c. Bagi Orang Tua

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan orang tua bisa membantu coping anak menuju efektif sehingga menghasilkan adaptif,

d. Bagi Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan untuk pengembangan dan informasi dalam ilmu keperawatan sehingga asuhan keperawatan secara mandiri dapat dilakukan dengan lebih baik lagi dengan Family Therapy dalam mengatasi coping remaja.