

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Remaja menghabiskan sekitar 8 jam waktunya setiap hari di sekolah, setara dengan 33,33% atau tepat sepertiga dari kehidupan remaja dalam sehari (UU Sisdiknas No 20 Tahun 2003; Federal Research, 2020). Proporsi waktu yang signifikan ini menunjukkan bahwa sekolah bukan sekadar tempat belajar, melainkan “rumah kedua” bagi remaja. Oleh karena itu, penting bagi remaja untuk merasa terhubung dengan sekolah untuk membentuk identitas diri, hubungan interpersonal, serta kesejahteraan psikologis (Arwas & Flum, 2020). Kondisi dimana remaja merasa bahwa mereka merupakan bagian dari sekolah dapat dijelaskan dalam konsep *School Belonging*.

School belonging adalah perasaan dimana siswa merasa diterima, dihargai, dan terhubung sebagai satu kesatuan lingkungan sekolah (Goodenow, 1993; Arslan & Duru, 2017). Secara harfiah *school belonging* terdiri dari dua kata, *school* yang berarti sekolah dan *belonging* (dalam Oxford Dictionary, 2026) yang berarti perasaan nyaman dan bahagia dalam situasi tertentu atau dengan sekelompok orang tertentu, serta diperlakukan sebagai anggota penuh dari kelompok tersebut. Konsep ini pertama kali dicetuskan oleh Goodenow (1993). *School belonging* adalah perasaan sejauh mana siswa merasa diterima (*accepted*), dihormati (*respected*), dilibatkan (*included*), dan didukung (*supported*) oleh orang-orang di lingkungan sosial sekolah (Goodenow, 1993).

Dari penjelasan tersebut dapat dipetik beberapa indikator dari *school belonging* yaitu perasaan diterima oleh warga sekolah, merasa dihormati dan dihargai sebagai individu, merasa menjadi bagian dari komunitas sekolah, memperoleh dukungan sosial dari guru maupun teman sebaya, serta merasa nyaman dan aman selama berada di lingkungan sekolah

School belonging digunakan untuk menjelaskan fenomena positif yang mendukung tercapainya kesuksesan belajar di sekolah. *School belonging* yang baik ditunjukkan dengan tingginya kehadiran di sekolah (*attendance*), keterlibatan akademik, penyesuaian sosial, dan aktif berpartisipasi dalam kegiatan sekolah (Allen, K. A., 2024; Riley et al. 2020; Gopalan & Brady, 2019). Sedangkan, *school belonging* yang rendah ditunjukkan dengan resiko perilaku bermasalah perilaku menyimpang, penarikan diri sosial, ketidaktaatan peraturan dan keterlibatan dalam konflik atau perundungan (Parada, 2019; Kelly-Ann Allen, 2018; Catalano dkk., 2004; Bond, L dkk., 2007). Sekolah tidak hanya berfungsi sebagai tempat transfer ilmu secara kognitif, melainkan juga sebagai ekosistem sosial tempat siswa membangun hubungan interpersonal. Oleh karena itu, penting bagi pihak sekolah untuk menciptakan lingkungan belajar yang suportif, sebab rasa aman secara psikologis yang lahir dari *school belonging* akan mendorong siswa untuk terlibat aktif dalam aktivitas sekolah dan mempertahankan motivasi belajar mereka (Arslan & Coşkun, 2022; Ahmadi dkk., 2020; Korpershoek dkk; 2019)

Salah satu faktor untuk meningkatkan *school belonging* adalah dukungan dari figur signifikan sekolah seperti guru dan teman sebaya (Allen, K. A., 2024

) atau yang disebut dalam penelitian ini sebagai *perceived school support*. Dilihat dari padanan katanya, *perceived school support* adalah penilaian subjektif siswa mengenai sejauh mana mereka mendapatkan perhatian emosional, bantuan akademik, dan penerimaan sosial yang tulus dari seluruh warga sekolah, baik oleh guru maupun rekan sebaya. Ketika siswa merasa didukung oleh guru seperti mampu memahami siswa, percaya pada kemampuan siswa, mampu berperilaku adil, dan peduli terhadap dirinya, membuat siswa tidak hanya terhubung pada guru, namun juga pada sekolah secara keseluruhan (El Zaatari and Maalouf 2022; Wanders, 2019). Begitu pula dengan teman sebaya, siswa akan merasa diterima di sekolahnya jika ia juga memiliki teman yang mendukungnya secara emosional dan akademik (Rangga, 2024; Wang & Eccles, 2012; Reschly et al., 2009).

Selain dari dukungan figur sekolah, aktivitas sekolah yaitu pembelajaran akademik memiliki keterkaitan dengan persepsi psikologis siswa terhadap sekolahnya (Abdollahi dkk, 2020). Aktivitas akademik yang berlebihan dapat menjadi tuntutan berat yang mengakibatkan ketidaknyamanan psikologis, penurunan kepercayaan diri, serta persepsi negatif terhadap sekolah yang mana hal ini dapat melemahkan *sense of belonging* siswa terhadap sekolah (Firdaus & Darmawanti, 2024; Ikhwaningrum dkk., 2022).

Tuntutan akademik ini yang selanjutnya disebut sebagai stres akademik. Stres akademik berasal dari dua kata yaitu, stres dan akademik. Stres yaitu respon psikologis yang muncul ketika individu mengalami ketegangan akibat adanya tuntutan lingkungan (*stressor*). Stres terjadi jika individu menilai

dirinya tidak mampu atau mengalami kesulitan dalam menyelaraskan antara tuntutan tersebut dengan kemampuan adaptasi yang ia miliki (Hawari, 2011). Kemudian kata akademik yang berarti segala bentuk tuntutan dan aktivitas keilmuan di sekolah formal yang melibatkan interaksi belajar, penugasan, serta target pencapaian nilai atau kompetensi standar yang ditetapkan oleh lembaga pendidikan (Slameto, 2015). Dengan demikian, stres akademik adalah reaksi psikologis yang muncul akibat ketidakmampuan individu dalam menghadapi ketegangan atau tuntutan yang berasal dari aktivitas keilmuan di sekolah formal (Hawari, 2011; Slameto, 2015).

Fenomena stres akademik dapat terjadi di lingkungan sekolah yang dapat mengganggu kondisi *school belonging* siswa (Arslan & Coşkun, 2022; Sundkk, 2011;). Namun baiknya, terdapat faktor internal individu yang dapat berkontribusi bagaimana siswa meregulasi stres akademik yaitu resiliensi (Permana dkk., 2025; Ragusa dkk, 2023; Asy'ari dkk., 2019). Resiliensi (dalam KBBI) adalah kemampuan untuk beradaptasi dan tetap teguh dalam situasi sulit, tangguh. Dalam konteks pendidikan, resiliensi dipandang sebagai proses aktif individu untuk memulihkan diri (*bounce back*) dari hambatan belajar atau kegagalan melalui penggunaan strategi koping yang tepat dan pemanfaatan dukungan sosial di sekitarnya (Ifdil & Murni, 2017). Resiliensi secara tidak langsung dapat menjadi faktor yang mendukung berlangsungnya *school belonging*. Hal ini karena resiliensi berperan sebagai salah satu faktor psikologi yang dapat mengurangi efek negatif dari stres akademik yang dimana sebagai faktor resiko dari stres akademik.

Siswa dengan resiliensi rendah mungkin merasa terasing dari sekolah saat stres akademik tinggi. Namun, bagi siswa dengan resiliensi tinggi, stres tersebut tidak lantas merusak rasa memilikinya karena mereka punya mekanisme koping yang baik (Grant L dkk., 2013). Siswa dengan resiliensi yang baik cenderung mampu mengelola stres, mempertahankan kondisi psikologis yang positif, serta membangun persepsi yang lebih konstruktif terhadap pengalaman sekolah (Arsan & Duru, 2017; Abdollahi & Noltemeyer, 2018). Resiliensi pula bisa memperkuat hubungan dukungan sekolah terhadap keterikatan terhadap sekolah, siswa yang resilien lebih mampu menangkap dan memanfaatkan dukungan dari sekolah secara efektif untuk meningkatkan rasa memiliki mereka (Zimmerman M. A, 2013). Kapasitas adaptasi psikologis (resiliensi) berjalan beriringan dengan peningkatan fungsi sosial-emosional dan motivasi belajar siswa (Korpershoek dkk, 2019). Secara teoritis, resiliensi berperan sebagai faktor yang memperlemah dampak stres akademik dan sekaligus menjadi faktor yang memperkuat dampak dari dukungan sosial terhadap *school belonging* (Ikhwaningrum dkk., 2022, Zimmerman M. A, 2013).

Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa *school belonging* dipengaruhi oleh stres akademik sebagai faktor risiko serta *perceived school support* sebagai faktor protektif (Allen, 2024; Arslan & Coşkun, 2022). Penelitian lain juga menemukan bahwa resiliensi berperan dalam membantu siswa menghadapi tekanan akademik maupun memanfaatkan dukungan sosial secara lebih efektif (Grant et al., 2013; Zimmerman, 2013). Namun demikian, sebagian besar penelitian tersebut masih menguji pengaruh masing-masing

variabel secara terpisah, sehingga belum memberikan gambaran yang utuh mengenai bagaimana stres akademik dan *perceived school support* bekerja secara bersamaan dalam membentuk *school belonging* melalui mekanisme resiliensi. Dengan kata lain, masih terdapat keterbatasan dalam menjelaskan peran resiliensi sebagai mekanisme psikologis yang menghubungkan faktor risiko dan faktor protektif terhadap terbentuknya *school belonging* pada siswa.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh stres akademik dan *perceived school support* terhadap *school belonging* dengan menempatkan resiliensi sebagai variabel mediasi. Pendekatan ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai proses psikologis yang mendasari terbentuknya *school belonging*, sehingga mampu memperkaya kajian teoritis mengenai faktor risiko dan faktor protektif serta memberikan implikasi praktis bagi sekolah dalam merancang intervensi yang tidak hanya berfokus pada pengurangan stres akademik dan peningkatan dukungan sekolah, tetapi juga pada penguatan resiliensi siswa guna mendukung kesejahteraan psikologis, keterlibatan, dan keberhasilan akademik mereka.

1.2 Identifikasi Masalah

Masih terbatas penelitian yang mengkaji peran faktor pendukung (*perceived school support*), faktor risiko (stres akademik), dan resiliensi secara simultan dalam memprediksi *school belonging* siswa.

1.3 Pembatasan Masalah

1. Penelitian ini hanya meneliti *school belonging* pada siswa SMP Lentera Kasih Bali
2. Penelitian ini tidak melakukan penilaian secara objektif, seperti observasi langsung, wawancara mendalam, analisis dokumen sekolah, maupun verifikasi bentuk dukungan sekolah secara faktual, sehingga hasil penelitian terbatas pada persepsi yang dirasakan siswa.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan pembatasan masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara stres akademik terhadap *school belonging* pada siswa?
2. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara *perceived school support* terhadap *school belonging* pada siswa?
3. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara resiliensi terhadap *school belonging*?
4. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara stres akademik terhadap resiliensi?
5. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara *perceived school support* terhadap resiliensi?
6. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara stres akademik dan *school belonging* melalui resiliensi?

7. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara *perceived school support* terhadap *school belonging* pada siswa melalui resiliensi?

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Menganalisis dan mendeskripsikan pengaruh antara stres akademik dengan *school belonging* pada siswa.
2. Menganalisis dan mendeskripsikan pengaruh *perceived school support* dengan *school belonging* pada siswa.
3. Menganalisis dan mendeskripsikan pengaruh resiliensi terhadap *school belonging* pada siswa.
4. Menganalisis dan mendeskripsikan pengaruh stres akademik terhadap resiliensi pada siswa.
5. Menganalisis dan mendeskripsikan pengaruh *perceived school support* terhadap resiliensi pada siswa.
6. Menganalisis dan mendeskripsikan pengaruh stres akademik terhadap *school belonging* melalui resiliensi.
7. Menganalisis dan mendeskripsikan pengaruh *perceived school support* terhadap *school belonging* melalui resiliensi.

1.6 Manfaat Hasil Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

1. Memberikan kontribusi pada pengembangan kajian psikologi pendidikan dan bimbingan konseling, khususnya terkait konsep *school belonging* pada siswa.

2. Mengisi celah penelitian dengan mengkaji faktor risiko (stres akademik) dan faktor protektif internal (resiliensi) serta faktor protektif eksternal (*perceived school support*) secara simultan dalam memprediksi *school belonging*.
3. Menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji faktor psikologis dan lingkungan sekolah yang berpengaruh terhadap *school belonging* siswa.

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Menjadi dasar bagi konselor sekolah dalam merancang program layanan bimbingan dan konseling yang dapat mendukung *school belonging* siswa
2. Membantu konselor sekolah dalam mengidentifikasi siswa yang rentan mengalami penurunan *school belonging* akibat stres akademik atau kurangnya dukungan guru sehingga intervensi dapat dilakukan secara lebih tepat dan preventif.
3. Menjadi bahan pertimbangan bagi pihak sekolah dalam menciptakan lingkungan belajar yang aman, nyaman, dan suportif guna meningkatkan *school belonging* siswa.

1.7 Produk Yang Dapat Dihasilkan dari Penelitian

Sebagai tindak lanjut operasional dan bentuk kontribusi nyata dari penelitian ini, dihasilkan beberapa produk akademis dan praktis yang dapat dimanfaatkan lebih lanjut oleh akademisi, praktisi bimbingan dan konseling, serta pihak sekolah, yang diuraikan sebagai berikut:

1. Karya Ilmiah Magister (Tesis)

Produk utama dari penelitian ini adalah sebuah karya ilmiah komprehensif berupa buku Tesis Magister Pendidikan yang mengeksplorasi secara empiris dinamika psikologis siswa di sekolah. Tesis ini memberikan kontribusi teoretis berupa peta unifikasi yang menjelaskan bagaimana faktor risiko lingkungan berupa stres akademik dan faktor protektif berupa *perceived school support* dapat memengaruhi *school belonging* melalui kapasitas internal siswa (*resilience*).

2. Instrumen Penelitian Psikologis Terstandar

Penelitian ini menghasilkan 4 instrumen pengumpulan data psikologis siswa SMP yang valid dan reliabel. Instrumen ini bisa digunakan oleh Guru BK atau peneliti lain untuk mendeteksi tingkat stres akademik, dukungan sekolah, resiliensi, dan *school belonging* pada populasi siswa menengah.

3. Model Konstelasi Variabel School Belongings, Stres Akademik, Perceived School Support dan Resiliensi

Produk konseptual yang dihasilkan adalah sebuah Konsep Model Jalur Mediasi (*Path Analysis Model*) yang orisinal. Berdasarkan hasil pembuktian statistik parametrik dengan kontribusi nilai R Square (R^2) sebesar 56,9%, model ini berhasil memetakan secara visual dan matematis bahwa variabel Resiliensi (X3) bertindak secara krusial sebagai *partial mediator* (variabel perantara).