

BAB I

PENDAHULUAN

1. 1 Latar Belakang Masalah

Siswa memiliki tugas utama yaitu belajar dengan tujuan menuntut ilmu sebanyak-banyaknya. Menuntut ilmu tidak hanya mendengarkan materi pelajaran yang disampaikan oleh guru tetapi juga mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang diberikan. Tugas dan mata pelajaran yang perlu untuk siswa kuasai pun beragam, seperti matematika, fisika, bahasa, biologi, olahraga dan macam mata pelajaran lainnya. Hal ini dapat membuat siswa harus mencerna dan memahami banyak materi pelajaran. Pemberian materi pembelajaran yang terlalu cepat atau banyak dapat mengakibatkan siswa akan kesulitan dalam memahami maupun menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru. Kesulitan dalam memahami dan mencerna dapat memunculkan beban bagi siswa apabila tidak ada dukungan yang baik dari faktor teman maupun lingkungan. Permasalahan dapat timbul apabila siswa merasa bahwa dirinya dalam tekanan atau yang dikenal dengan stress.

Stress merupakan sebuah perasaan yang ada pada seseorang karena adanya tekanan baik secara internal maupun eksternal yang dianggap mengancam dan dirasa membuat seseorang merasa tidak nyaman. Santrock (2007) berpendapat bahwa stress adalah respon individu terhadap situasi yang memicu stres (*Stressor*), yang dirasa mengancam dan mengganggu individu tersebut. Stress pada siswa yang tidak bisa mengikuti, mencerna dan menyelesaikan materi ataupun tugas yang telah diberikan dapat menghambat siswa untuk mengembangkan diri kedepannya. Stress yang dirasakan seseorang berbeda-beda sesuai dengan ketahanan dirinya dalam menghadapi suatu masalah. Stress yang terakumulasi dalam jumlah yang besar dan dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan penurunan performa individu bahkan menyebabkan kondisi fisik individu menurun hingga sakit.

Stress yang terakumulasi akan menjadi beban berat pada diri siswa apabila tidak segera diolah ataupun diatur agar stress tidak semakin bertambah. Usaha individu dalam menanggulangi stress dinamakan dengan *Coping stress*. Sarafino (2017), berpendapat bahwa *coping stress* adalah proses dimana individu melakukan usaha untuk mengatur situasi yang dipersepsikan karena adanya kesenjangan antara usaha dan kemampuan yang dinilai sebagai penyebab munculnya situasi stress. Pengentasan stress atau coping stress pada tiap individu berbeda bergantung pada masalah yang dihadapi.

Coping stress memiliki beberapa bentuk, ada yang berfokus pada emosional individu dan ada pula yang berfokus pada masalah yang sedang dihadapi individu tersebut. *Emotional Focused Coping* adalah strategi coping dimana individu akan difokuskan pada sisi emosional dalam menghadapi stress. *Problem focused coping* yaitu strategi dimana individu akan berfokus dalam menghadapi inti masalah atau stress yang dimiliki lalu menyelesaikannya. Pemilihan coping stress yang tepat dalam penyelesaian stress juga dapat bergantung dari beberapa faktor, menurut Andriyani (2014), Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi coping stress pada individu itu yaitu, Kesehatan Fisik, Keterampilan menyelesaikan masalah, keterampilan sosial, dan dukungan sosial.

Memiliki keterampilan dalam menyelesaikan masalah menjadi salah satu hal paling penting yang harus dimiliki siswa ketika menghadapi permasalahan di sekolah. Kemampuan individu dalam menyelesaikan masalah dan mencari jalan keluar tidak begitu saja dimiliki individu sejak lahir. Pemikiran yang kreatif, inovatif dan kritis dapat menjadi dasar agar kemampuan pemecahan masalah dimiliki oleh individu tersebut. Menurut Cumhur (2022), Problem solving harus memahami bagaimana memandang solusi untuk masalah yang dihadapi. Sebagai contoh, proses kognitif yang penting meliputi pemahaman kalimat yang dinyatakan masalah, mengumpulkan fakta yang dapat dipercaya untuk pemecahan masalah, saling mencari jawaban yang tepat, dan mengidentifikasi titik masalah, dan itu digambarkan sebagai prosedur yang perlu dilakukan oleh seorang guru di dalam kelas karena guru membantu siswa menyelesaikan setiap masalah yang muncul selama pembelajaran.

Wawancara dan observasi secara umum pada bulan Januari 2024 kepada beberapa siswa SMK, yaitu siswa berinisial SW dan AS, mereka merasa bahwa kemampuan pemecahan masalah atau problem solving adalah hal yang sangat penting dalam kegiatan belajar sehari-hari. Problem solving membantu sekali ketika mereka merasa buntu pada saat mengerjakan tugas. AS menyatakan bahwa dirinya selalu membuat planning sebelum mengerjakan tugas agar dirinya tidak merasa terbebani nantinya. SW berujar bahwa dirinya lebih suka apabila semua tugas langsung diselesaikan sebelum tanggal deadline pengumpulan, dirinya merasa bahwa apabila tugas menumpuk akan membuat dirinya semakin malas untuk mengerjakan tugas lainnya. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa kemampuan problem solving menjadi sangatlah penting untuk dimiliki oleh setiap siswa agar bisa menyelesaikan tugas sekolah maupun kepentingan lainnya dikarenakan problem solving dapat membantu mereka terhindar pada situasi atau keadaan yang tidak nyaman.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Coping stress ditinjau dari Problem Solving pada Siswa SMK Muhammadiyah Kartasura”.

1. 2 Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui “Coping stress ditinjau dari Problem Solving siswa SMK Muhammadiyah Kartasura”. Beberapa tujuan dalam penelitian ini, yaitu :

1. Untuk mengetahui bentuk coping stress yang dimiliki oleh siswa SMK Muhammadiyah Kartasura
2. Mengetahui kegunaan *problem solving* pada siswa SMK Muhammadiyah Kartasura

1. 3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan positif pada perkembangan ilmu pengetahuan psikologi secara umum dan psikologi pendidikan secara khusus mengenai peran Problem solving dan Coping Stress bagi siswa di sekolah yang dalam hal ini berkenaan pada siswa sekolah menengah kejuruan.

1.3.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan informatif mengenai Peran Faktor Problem Solving terhadap Coping Stress baik kepada siswa, pihak sekolah, dan masyarakat umum sehingga dapat memanfaatkan kemampuan Problem Solving dan Coping Stress yang diketahui dari hasil penelitian ini untuk mengurangi terjadinya stress yang menumpuk sehingga dapat membatasi kemampuan dan potensi siswa SMK kedepannya.

1. 4 Keaslian Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian asli yang dilakukan oleh peneliti dimana penelitian tentang coping stress yang ditinjau dari problem solving pada siswa SMK belum ada penelitian yang berkaitan atau sama. Berikut adalah referensi data dari beberapa penelitian yang berkaitan dengan penelitian ini :

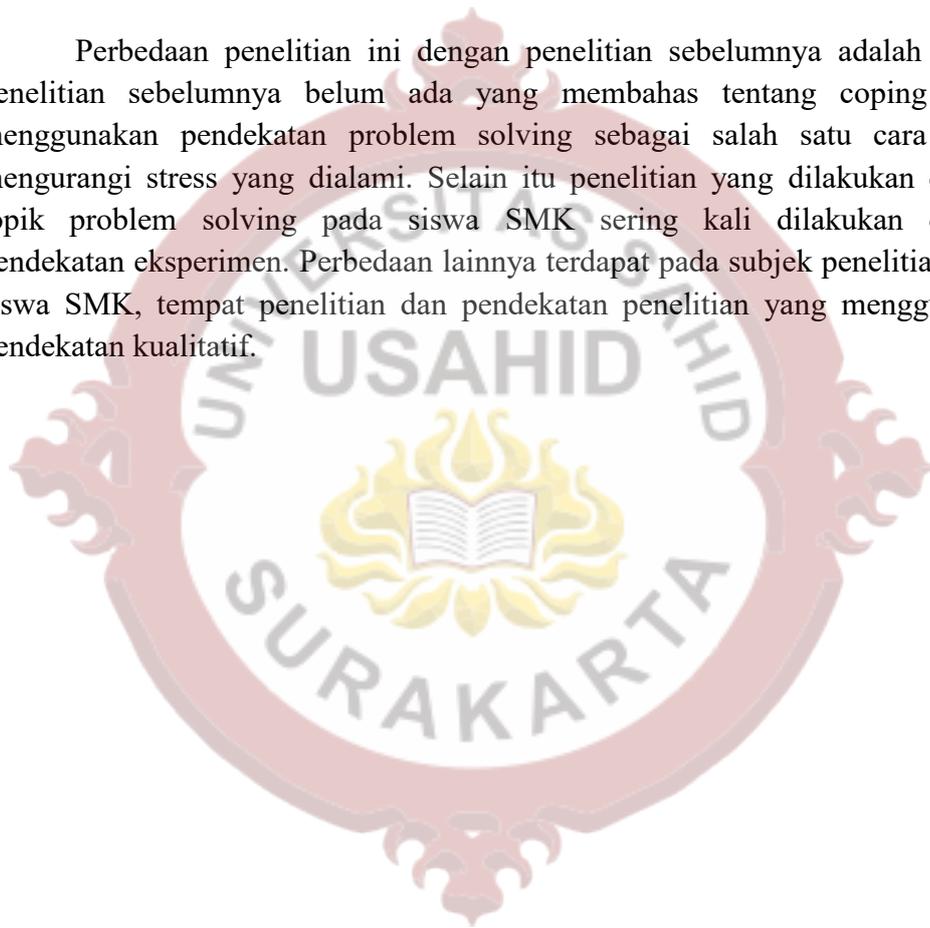
Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Analisa Penelitian	Hasil Penelitian
Siti Nur Amalia	Penggunaan Metode Problem Solving Dalam Pengembangan Aspek Kognitif Pada Mata Pelajaran Pai Siswa Kelas Viii Smpn2 Way Pengubuan Lampung	Penelitian Ini Menggunakan Teknik Pengumpulan Data Dengan Metode Wawancara, Metode Observasi	Analisis Data Kualitatif Dalam Penelitian Ini Adalah Deskriptif Data Yang Terdiri Dari Tiga Aktivitas Yang	Hasil Penelitian Menunjukkan Bahwa Penggunaan Metode Problem Solving Dapat Membuat Siswa

	Tengah Tahun 2018	Dan Metode Dokumentasi.	Berlangsung Secara Bersamaan. Yaitu Reduksi Data, Penyajian Data Dan Penarikan Kesimpulan.	Menyelesaikan Tugas Yang Diberikan Oleh Guru Dan Merasa Senang.
Khairul Bariyyah	Problem solving skills: essential skills challenges for the 21st century graduates (Kemampuan Problem Solving : Kemampuan Penting dalam menghadapi tantangan di abad ke-21)	Metode penelitian dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif. sampel penelitian berjumlah 300 mahasiswa yang dipilih dengan teknik stratified random sampling.	Analisis data menggunakan analisis deskriptif, Uji independent sampel t test, dan ANOVA dengan bantuan program SPSS.	(1) rata-rata tingkat problem solving skill mahasiswa berada pada kategori sedang (62,3 %), (2) tidak ada perbedaan yang signifikan tingkat problem solving skill mahasiswa berdasarkan jenis kelamin, (3) tidak ada perbedaan yang signifikan tingkat problem solving skill mahasiswa berdasarkan status perkembangan, (4) ada perbedaan yang signifikan tingkat problem solving skill mahasiswa berdasarkan kelompok usia. Kelompok usia yang berpengaruh secara signifikan terhadap perbedaan rata-rata skor problem solving skill mahasiswa usia 23 tahun.
Fauzan Rifa'i (2025)	Coping Stress Pada Korban Judi Online Di Desa X Boyolali	Metode penelitian dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif. Informan dalam penelitian berjumlah 7 Orang dengan rincian 5 orang informan utama dan 2 orang informan pendukung.	Analisis Data Kualitatif Dalam Penelitian Ini Adalah Deskriptif Data Yang Terdiri Dari Tiga Aktivitas Yang Berlangsung Secara Bersamaan. Yaitu Reduksi Data, Penyajian Data Dan Penarikan	Hasil dari penelitian ini adalah bahwa subjek penelitian yang memiliki riwayat pecandu judi online mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosi dan tidak bisa mengurai

Pemilihan informan disesuaikan dengan karakteristik penelitian yaitu korban judi online atau pecandu judi online	tekanan stress yang diakibatkan oleh kecanduan judi online yang dilakukan.
--	--

Tabel 1.1 *Keaslian Penelitian*

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah bahwa penelitian sebelumnya belum ada yang membahas tentang coping stress menggunakan pendekatan problem solving sebagai salah satu cara untuk mengurangi stress yang dialami. Selain itu penelitian yang dilakukan dengan topik problem solving pada siswa SMK sering kali dilakukan dengan pendekatan eksperimen. Perbedaan lainnya terdapat pada subjek penelitian yaitu siswa SMK, tempat penelitian dan pendekatan penelitian yang menggunakan pendekatan kualitatif.



BAB II

LANDASAN TEORI

2.1 Coping Stress

Sarafino (2015) *Coping stress* adalah proses dimana individu melakukan usaha untuk mengatur situasi yang dipersepsikan adanya kesenjangan antara usaha dan kemampuan yang dinilai sebagai penyebab munculnya situasi stress. Coping adalah proses mengelola tuntutan (internal atau eksternal) yang ditaksir sebagai beban karena diluar kemampuan diri individu (Mashudi, 2014). Coping merupakan upaya-upaya untuk mengatasi, mengurangi, atau menoleransi ancaman dan beban perasaan yang tercipta karena stress. Coping merupakan strategi untuk manajemen tingkah laku kepada pemecahan masalah yang paling sederhana dan realistis, serta berfungsi untuk membebaskan diri dari masalah yang nyata dan coping merupakan semua usaha secara kognitif dan perilaku untuk mengatasi, mengurangi, dan tahan terhadap tuntutan-tuntutan (*distress demands*). Coping stress adalah suatu proses pemulihan untuk kembali dari pengaruh. Coping yaitu suatu proses yang dapat dilakukan setiap waktu dalam lingkungan masyarakat, lingkungan sekolah, lingkungan kerja maupun lingkungan keluarga. Coping dapat digunakan seseorang untuk mengatasi stress dan hambatan-hambatan lain yang dialami.

Coping stress merupakan suatu bentuk usaha perubahan perilaku dan kognitif secara konstan sebagai respon yang dilalui individu dalam menghadapi situasi yang mengancam dengan cara mengubah lingkungan atau situasi yang stresful untuk menyelesaikan suatu masalah. (Cohen, Smet dalam Prayascitta, 2010) mengartikan *Coping stress* sebagai suatu proses yang mana individu berusaha mencoba untuk mengatur jarak yang ada antara tuntutan-tuntutan, baik itu tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan dengan sumber-sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi stres.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa Coping adalah upaya maupun strategi yang dilakukan individu baik secara internal maupun eksternal untuk mengurangi, mengatur dan menekan stress yang dialami.

2.2 Aspek Coping Stress

Menurut Lazarus dan Folkman (1984) terdapat dua aspek yang mempengaruhi *Coping stress* yang diantaranya :

- a. *Problem-focused coping* atau coping yang berfokus pada masalah yaitu suatu strategi yang digunakan untuk menangani stres atau coping yang fokus pada sumber masalah, maka individu akan berusaha langsung untuk mencari sumber masalah, menghadapi sumber masalah, mengubah lingkungan yang menyebabkan terjadinya masalah dan berusaha menyelesaikan masalah sehingga pada akhirnya stres berkurang atau hilang.
- b. *Emotion-focused coping* atau coping yang berfokus pada emosi yaitu suatu strategi yang digunakan untuk menangani stres yang mana individu memberi respon terhadap situasi stres dengan cara emosional, yang digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stres, dengan melalui perilaku individu untuk meniadakan fakta-fakta yang tidak menyenangkan. Bila individu tidak mampu mengubah kondisi yang menekan individu akan cenderung untuk mengatur emosinya dalam rangka penyesuaian diri terhadap dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang penuh tekanan. Individu akan cenderung menggunakan strategi ini jika dia merasa tidak bisa dan sulit untuk mengontrol masalah yang ada.

Berdasarkan uraian di atas Bentuk coping dibagi menjadi 2 yaitu *Emotional-focused Coping* dan *Problem-focused Coping*. *Emotional-focused Coping* lebih mengarah pada cara coping individu secara emosional, sedangkan *Problem-focused Coping* lebih berkaitan dengan cara individu untuk mencari alternatif cara coping dengan berfokus pada stres atau masalah yang sedang dihadapi.

2.3 Indikator *Coping stress*

Terdapat indikator-indikator dari aspek *Coping stress* menurut Lazarus dan Folkman (1984) diantaranya yaitu, indikator dari *problem-focused coping* terbagi atas:

- a. Konfrontasi (*Confrontative*)
Individu menggunakan usaha yang agresif untuk mengubah suatu keadaan yang menekan, dengan tingkat kemarahan yang cukup tinggi, dan pengambilan risiko.
- b. Pencarian Dukungan Sosial (*Seeking Social Support*)
Individu berusaha untuk memperoleh dukungan dari orang lain berupa informasi, nasehat, dan bantuan yang diharapkan dapat membantu untuk memecahkan masalahnya.

c. Perencanaan Penyelesaian Masalah (*Planful Problem Solving*)

Individu melakukan usaha yaitu menganalisa situasi untuk memperoleh solusi, kemudian mengambil tindakan langsung untuk dapat menyelesaikan masalah.

Indikator dari *emotion focused coping* menurut Lazarus & Folkman (1984) yaitu:

a. Kontrol Diri (*Self Control*)

Individu berusaha untuk menyesuaikan diri dengan tindakan atau perasaan terkait pada suatu masalah.

b. Menjauh (*Distancing*)

Individu berusaha untuk tidak terlibat dalam sebuah permasalahan, seakan tidak terjadi apa-apa, atau menciptakan pandangan yang positif seperti menganggap masalah sebagai lelucon.

c. Penilaian Kembali Secara Positif (*Positive Reappraisal*)

Individu berusaha untuk menganggap positif dari masalah yang dihadapi dengan fokus terhadap pengembangan diri, juga biasanya melibatkan hal-hal yang bersifat religius.

d. Penerimaan Tanggung Jawab (*Accepting Responsibility*)

Individu berusaha untuk tanggung jawab pada diri sendiri dalam permasalahan yang dihadapi serta mencoba menerima agar semua menjadi lebih baik.

e. Melarikan Diri atau Menghindar (*Escape atau Avoidance*)

Individu berusaha untuk mengatasi situasi yang menekan dengan menghindar atau lari dari situasi tersebut dengan mengalihkan pada hal lain seperti makan, minum, merokok, atau menggunakan obat-obatan.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa indikator *Coping stress* yang terbagi menurut aspeknya, yaitu : Menurut aspek Problem-Focused Coping ; konfrontasi (*confrontative*), pencarian dukungan sosial (*seeking social support*), perencanaan penyelesaian masalah (*planful problem solving*). Menurut aspek *Emotional-Focused Coping* ; kontrol diri (*self control*), menjauh (*distancing*), penilaian kembali secara positif (*positive reappraisal*), penerimaan tanggung jawab (*accepting responsibility*), melarikan diri atau menghindar (*escape atau avoidance*).

2.4 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Coping

Terdapat berbagai faktor yang mempengaruhi coping stress. Prayascitta (2010), faktor-faktor yang mempengaruhi Coping stress adalah:

a. Strategi Coping stress.

Strategi coping stress yang dilakukan individu untuk menyelesaikan masalah dan menyesuaikan diri dengan perubahan dalam situasi stres. Seperti dalam penelitian Sholichatun (2010)

tentang stres dan strategi coping dan mengatakan bahwa masalah yang dapat menimbulkan stres pada para subjek, menghasilkan respon stres yang dialami oleh para subjek dan yang paling umum dirasakan oleh subjek adalah respon afektif yang berupa kesedihan. Selain respon afektif juga respon kognitif yang berupa bingung, kemudian fisiologis yang berupa pusing dan perilaku yang berupa kebosanan terhadap. Sehingga strategi coping terhadap masalah dapat diselesaikan dengan usaha-usaha yang berfokus pada emosi baik melalui strategi kognitif maupun perilaku.

b. Variabel dalam kondisi individu.

Variabel dalam kondisi individu mencakup tahap kehidupan, umur, jenis kelamin, temperamen, faktor genetik, inteligensi, pendidikan, suku, kebudayaan, status ekonomi dan kondisi fisik. Pada hasil penelitian Sari (2010) tentang Coping stress Pada Remaja Korban Bullying di Sekolah "X" Bogor, secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa coping yang digunakan remaja merupakan hasil pengaruh dari faktor jenis kelamin, usia, urutan kelahiran, dan dukungan sosial yang diterima.

c. Karakteristik kepribadian

Karakteristik kepribadian yaitu mencakup introvert dan extrovert, stabilitas emosi secara umum, kepribadian "ketabahan" (hardiness), locus of control, kekebalan, dan ketahanan. Pada hasil penelitian Indriani (2006) tentang hubungan positif antara variabel kematangan beragama dengan kecenderungan strategi coping pada siswa terbukti, semakin tinggi kematangan beragama yang diperoleh seseorang maka akan semakin tinggi kecenderungan strategi copingnya menuju pada problem focused coping.

d. Variabel sosial kognitif.

Variabel sosial kognitif mencakup dukungan sosial yang dirasakan, jaringan sosial, dan kontrol pribadi yang dirasakan. Ekasari & Suhertin (2012) tentang Kontrol Diri dan Dukungan Teman Sebaya Dengan Coping Stress Pada Remaja, membuktikan remaja yang memiliki tingkat kontrol diri yang baik akan mampu menangani masalah-masalah yang ada pada diri sendiri, lingkungan, teman sebaya, keluarga serta organisasi yang diikuti oleh remaja. Dalam hal ini akan membantu proses coping stress yang lebih baik dimana yang menjadi sumber stres akan dijadikan peningkatan semangat.

e. Hubungan dengan lingkungan sosial.

Dukungan sosial yang diterima, integrasi dalam jaringan sosial. Susanto (2013) tentang Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan,

Kemampuan Coping dan Resiliensi Remaja, membuktikan bahwa remaja dengan kemampuan coping dan resiliensi yang baik sangat dipengaruhi oleh keterlibatan ayah dalam pengasuhan, karena remaja lebih bisa menghadapi masalah.

Menurut Andriyani (2014), faktor yang mempengaruhi coping stress adalah sumber daya individu itu sendiri. Sumber daya individu tersebut, meliputi:

a. Kesehatan fisik / energi.

Dalam berjuang untuk mengatasi stress, kesehatan fisik sangat dibutuhkan karena dalam mengatasi stress membutuhkan banyak energi. Ketrampilan memecahkan masalah Merupakan suatu usaha yang dilakukan individu untuk mencari solusi dalam mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi, seperti mencari informasi, menganalisa situasi dan mengidentifikasi masalah hingga menemukan solusi yang tepat.

b. Ketrampilan sosial.

Merupakan suatu ketrampilan yang meliputi ketrampilan komunikasi dan bertingkah laku yang sesuai dengan nilai dan norma yang berlaku.

c. Dukungan sosial dan materi.

Dukungan sosial sangat penting dalam coping stress karena akan membuat individu merasa dihargai dan didukung oleh lingkungan sekitarnya. Dukungan sosial yang baik dan cukup akan membuat individu untuk segera bangkit dari permasalahan stress yang sedang dialaminya saat ini. Selain dukungan sosial, dukungan materi berupa uang, barang-barang atau layanan yang dapat dibeli juga dapat mengurangi kadar stress yang sedang dialami.

Berdasarkan teori yang sudah dikemukakan oleh tokoh tokoh diatas, diketahui bahwa coping stress juga dipengaruhi berbagai macam faktor. Faktor yang berpengaruh pun cukup beragam. Faktor yang mempengaruhi ada yang berupa sumber daya manusia, seperti adanya dukungan sosial dan materi, ketrampilan sosial, dan kemampuan memecahkan masalah, namun ada juga yang berpendapat bahwa kepribadian, jenis kelamin dan usia juga dapat mempengaruhi dalam proses coping stress.

2.5 Problem Solving

Problem solving harus memahami bagaimana memandang solusi untuk masalah yang dihadapi. Sebagai contoh, proses kognitif yang penting meliputi pemahaman kalimat yang dinyatakan masalah, mengumpulkan fakta yang dapat dipercaya untuk pemecahan masalah, saling mencari jawaban yang tepat, dan mengidentifikasi titik masalah, dan itu digambarkan sebagai prosedur yang perlu

dilakukan oleh seorang guru di dalam kelas karena guru membantu siswa menyelesaikan setiap masalah yang muncul selama pembelajaran (Cumhur, 2022).

Problem Solving adalah keterampilan yang paling penting dalam menyelesaikan konflik untuk mencapai tujuan. Masalah dapat dicirikan sebagai labirin flamboyan jika diyakini tidak efektif meniadakan kebutuhan itu. Ada banyak strategi untuk meningkatkan kapasitas guru untuk memusatkan perhatian siswa mereka pada satu bidang minat akademik. Teknologi saat ini, anak-anak diajarkan untuk melihat lurus ke depan dan tidak khawatir tentang masalah yang akan datang atau apakah masalah tersebut dapat diselesaikan. Karena itu, seorang guru perlu memiliki otoritas atas siswa dan mengendalikan perilaku mereka terhadap guru agar dapat mengatasi masalah mereka secara efektif (Cakiroglu et al., 2022)

Berdasarkan pernyataan tokoh diatas dapat diambil kesimpulan bahwa problem solving adalah proses individu dalam memahami, memikirkan dan mencari solusi untuk menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapinya.

2.6 Aspek Problem Solving

Eskin (2013) aspek-aspek problem solving ada tiga yaitu

1. Aspek kognitif.

Aspek ini terkait dengan apakah individu memahami masalah dengan benar atau tidak. Untuk dapat memecahkan masalah, individu perlu melihatnya dengan benar sejak awal. Persepsi ini terkait dengan cara individu memproses informasi. Aspek ini meliputi :

- a. Kemampuan untuk berpikir tentang solusi alternatif. Individu saat menghadapi masalah harus dapat memikirkan solusi alternatif agar dapat memecahkan masalah dengan cara yang diinginkan. Individu yang memiliki kekakuan kognitif melihat masalah yang ada secara terbatas dan tidak dapat melihat aspek lain dari situasi, akibatnya tidak dapat menghasilkan solusi alternatif.
- b. Kemampuan mengkonseptualisasikan untuk mencapai tujuan. Kemampuan ini berkaitan dengan analisis dan sintesis terhadap masalah yang dihadapi.
- c. Kemampuan untuk berpikir konsekuensi. Aspek ini individu memikirkan keuntungan dan kerugian dari tindakan yang akan diambilnya.
- d. Kemampuan menganalisa sebab akibat dalam situasi sosial. Orang yang berhasil dalam memecahkan masalah dapat mempertimbangkan hubungan sebab akibat dalam peristiwa sosial meskipun sifatnya kompleks.

e. Kemampuan mengambil perspektif. Ini sebagai kemampuan untuk melihat peristiwa dan masalah dari perspektif pihak lain. Kemampuan ini memainkan peran penting dalam pencegahan masalah dalam hubungan interpersonal.

2. Aspek metakognitif

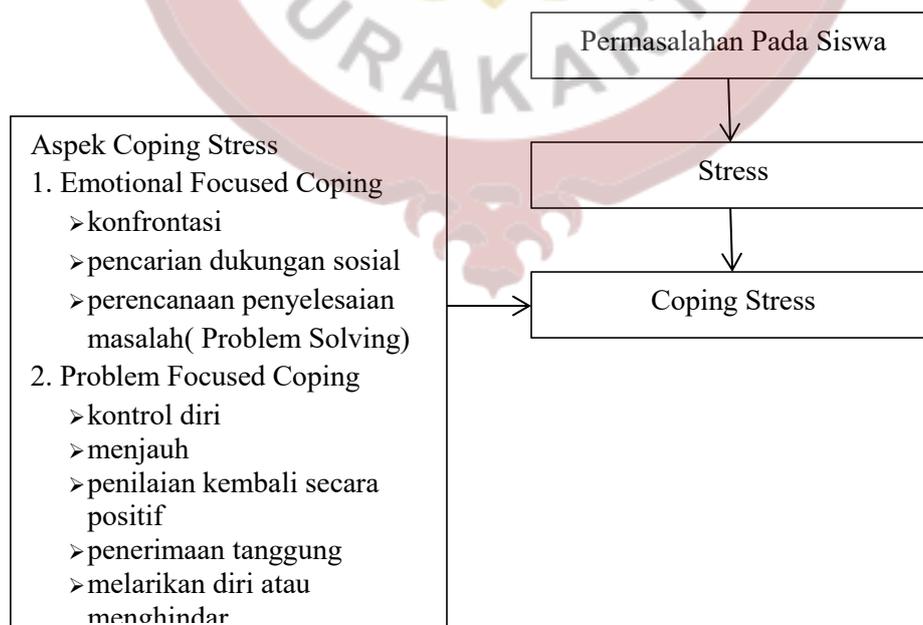
Menurut Eskin (2013) pengetahuan metakognitif berkaitan dengan kemampuan individu dalam menyimpan keterampilan dan strategi yang digunakan selama proses pemecahan masalah dalam ingatannya yang kemudian dapat mengambil informasi ini dan menerapkannya pada pemecahan masalah baru.

3. Aspek motivasi.

Hal ini berkaitan dengan individu berusaha atau tidak berusaha memecahkan masalah. Hal ini dibagi menjadi beberapa bagian, yaitu : Motivasi Internal dan motivasi eksternal. Motivasi internal adalah dorongan yang tumbuh dari dalam diri individu yang tumbuh secara alami. Sedangkan motivasi eksternal adalah dorongan untuk melakukan sesuatu hal yang bersumber atau tumbuh dikarenakan pengaruh dari individu lain atau bukan berasal dari dalam diri pribadi.

Berdasarkan pernyataan beberapa ahli dapat disimpulkan bahwa aspek problem solving adalah kognitif, metakognitif dan motivasi.

2.7 Kerangka Berfikir



2.8 Dinamika Coping Stress

Permasalahan dalam kegiatan sekolah umum untuk muncul tidak hanya bersumber dari pembelajaran di kelas tetapi juga dapat terbentuk dari bersosialisasi dengan teman sebaya ataupun ketika siswa mengikuti organisasi sekolah. Permasalahan yang tidak segera diselesaikan atau diurai dapat membuat tekanan atau stress pada individu. Stress yang berkepanjangan dapat mempengaruhi tidak hanya pada hasil belajar siswa tetapi juga pada perkembangan kemampuan dan potensi diri yang bisa terhambat. Strategi coping menjadi penting dalam situasi ini yang hadir dalam bentuk kemampuan menyelesaikan permasalahan atau yang dinamakan Problem solving. Kepemilikan kemampuan problem solving dapat menjadi salah satu solusi bagi siswa agar dapat segera mengurai permasalahan yang sedang dihadapi sehingga tidak berdampak negatif pada dirinya atau lingkungan sekitar.

Problem solving menurut Eskin (2013) memiliki beberapa aspek yaitu :

1. Aspek kognitif.

Aspek ini terkait dengan apakah individu memahami masalah dengan benar atau tidak. Untuk dapat memecahkan masalah, individu perlu melihatnya dengan benar sejak awal. Persepsi ini terkait dengan cara individu memproses informasi.

2. Aspek metakognitif

Metakognitif berkaitan dengan kemampuan individu dalam menyimpan keterampilan dan strategi yang digunakan selama proses pemecahan masalah dalam ingatannya yang kemudian dapat mengambil informasi ini dan menerapkannya pada pemecahan masalah baru.

3. Aspek motivasi.

Hal ini berkaitan dengan individu berusaha atau tidak berusaha memecahkan masalah.

2.9 Pertanyaan Penelitian

Bagaimana coping stress yang ditinjau dari problem solving pada siswa SMK Muhammadiyah Kartasura ?