

ANALISIS PERMASALAHAN SISWA KELAS X MENGGUNAKAN METODE *EMPHATIZING* DI SMA NEGERI 78 JAKARTA

**CLARA IKA SARI BUDHAYANTI*; FADDILA RAHMA; SYIFA ULFAH; ABHITA
NABIL AROFIQ; DHEA MELINDA; AYU SETIA SARI RAHMANI; MUHAMMAD
ILHAM; WENDO PUTRA; REGITA PRIMA RISKA; KHAFIFAH NURHALIZA**

Program Studi Pendidikan Profesi Guru, Fakultas Pendidikan dan Bahasa,
Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya

Abstrak

Analisis permasalahan merupakan salah satu tahapan penting dalam melaksanakan layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Salah satu metode yang dapat digunakan untuk melakukan analisis permasalahan adalah metode *empathizing* dalam *Design Thinking*. *Design Thinking* (DT) merupakan salah satu metode yang banyak digunakan untuk memecahkan masalah secara kreatif dengan fokus pada pemahaman kebutuhan pengguna. Penelitian ini bertujuan untuk menggali permasalahan-permasalahan yang dihadapi oleh siswa Kelas X di SMA Negeri 78 Jakarta. Permasalahan-permasalahan ini digali berdasarkan empat aspek bimbingan dan konseling yaitu aspek pribadi, sosial, akademik, dan aspek karir. Pengumpulan data dilakukan melalui teknik *in-depth interview* yang hasilnya dianalisis dengan *extreme users*. *Extreme users* merupakan teknik untuk membangun empati dan benar-benar memahami masalah yang dihadapi pengguna ekstrem yang bertujuan untuk membantu membingkai ulang masalah dan mengungkap wawasan baru. Hasil penelitian menunjukkan beberapa permasalahan pada empat aspek layanan BK yang dihadapi oleh siswa kelas X SMAN 78 Jakarta. Permasalahan-permasalahan tersebut antara lain belum memiliki kontrol diri yang baik terutama dalam manajemen waktu, belum dapat menentukan skala prioritas, belum memiliki kematangan emosi, kurang percaya diri, tertutup dengan lingkungan sosialnya, suka menunda-nunda tugas, motivasi belajar, dan kurangnya pengetahuan tentang seputar dunia perkuliahan baik dari jurusan, jalur masuk dan ragam universitas yang paling mungkin diminati.

Kata-kata kunci: analisis permasalahan, metode *emphatize*, teknik *user extreme*, *design thinking*

Abstract

Problem analysis is one of the crucial stages in implementing guidance and counseling services in schools. One method that can be used to conduct problem analysis is the empathizing method in Design Thinking. Design Thinking (DT) is one of the methods widely used to solve problems creatively, focusing on understanding user needs. This study explores the issues faced by class X students at SMA Negeri 78 Jakarta. These problems are investigated based on four aspects of guidance and counseling: personal, social, academic, and career. Data was collected through in-depth interview techniques, which extreme users analyzed. Extreme users are a technique for building empathy and truly understanding the problems faced by extreme users, which aims to help reframe problems and reveal new insights. The study results showed several issues in the four aspects of BK services faced by class X students of SMAN 78 Jakarta. These problems include not having good self-control, especially in time management, not being able to determine priority scales, not having emotional maturity, lacking self-confidence, being closed to their social environment, liking to procrastinate on assignments, learning motivation, and lack of knowledge about the world of college, both from majors, entry paths and the variety of universities that are most likely to be of interest.

Key words: problem analysis, empathize method, user extreme technique, design thinking

*Penulis Korespondensi.

Email: clara.ika@atmajaya.ac.id *

PENDAHULUAN

Analisis permasalahan yang dihadapi oleh siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan salah satu tahapan penting dalam melaksanakan layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Siswa SMA yang perkembangan dirinya berada dalam masa remaja, sering menghadapi berbagai tantangan dan masalah seperti tekanan akademik, hubungan sosial yang kompleks, kecemasan terhadap masa depan, dan bahkan masalah kesehatan mental. Permasalahan-permasalahan ini dapat berdampak secara signifikan pada siswa, mengingat masa remaja adalah fase perkembangan yang penuh dengan tantangan psikologis, sosial, dan akademik. Remaja cenderung menghadapi konflik internal dan eksternal yang berhubungan dengan peran sosial, hubungan interpersonal, dan keputusan akademik Steinberg (2017). Siswa SMA sering mengalami permasalahan dalam proses menavigasi fase transisi ini. Terkait dengan keputusan akademik, Chao & Tseng (2015) menemukan bahwa tekanan akademik merupakan salah satu faktor utama yang menyebabkan stres di kalangan siswa SMA. Tuntutan untuk mencapai prestasi akademik yang tinggi sering kali menambah kecemasan dan ketegangan emosional, yang bisa berdampak negatif pada kesehatan mental

seperti kecemasan, depresi, dan stres, yang semakin meningkat (Puspitawati & Kurniawan, 2020). Tantangan juga terjadi karena adanya pengaruh sosial media dan teknologi yang tidak dapat lepas dari kehidupan sehari-hari siswa. Olmstead et al. (2016) menyatakan bahwa penggunaan sosial media dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis remaja, baik secara positif maupun negatif. Kecenderungan siswa yang tergantung pada sosial media dan perbandingan sosial dapat menyebabkan kecemasan dan masalah kesehatan mental lainnya di kalangan siswa. Dukungan orang tua juga menjadi salah satu tantangan yang dihadapi oleh siswa. Smetana et al. (2014), menyatakan bahwa dukungan orang tua dan lingkungan sosial yang sehat sangat berpengaruh terhadap cara siswa SMA mengatasi permasalahan mereka. Orang tua yang memberikan dukungan emosional dan pengawasan yang baik dapat membantu mengurangi stres dan kecemasan yang dialami siswa.

Permasalahan-permasalahan tersebut menuntut adanya analisis mendalam untuk mencari akar masalah dan solusi yang tepat. Salah satu metode yang dapat digunakan untuk melakukan analisis permasalahan ini adalah pendekatan *empathize* dalam *Design Thinking*. *Design Thinking* (DT) merupakan salah satu metode yang banyak digunakan

untuk memecahkan masalah secara kreatif dengan fokus pada pemahaman kebutuhan pengguna. Brown (2009) dalam bukunya *Change by Design* menyatakan bahwa *Design Thinking* dapat menciptakan solusi yang manusiawi, dengan berfokus pada pengalaman pengguna sebagai pusat dari setiap solusi yang dikembangkan.

Salah satu tahapan penting dalam *Design Thinking* adalah *empathize*, yaitu memahami secara mendalam pengalaman, perasaan, dan kebutuhan pengguna atau pihak yang terlibat. Proses ini melibatkan upaya untuk merasakan pengalaman pengguna, menggali wawasan tentang tantangan yang mereka hadapi, dan mengenali perasaan serta kebutuhan mereka. Langkah ini mencakup kegiatan seperti wawancara, observasi, dan interaksi langsung dengan pengguna untuk mendapatkan pemahaman yang lebih dalam. Jadi pada dasarnya metode *emphatize* merupakan pendekatan yang berfokus pada pengumpulan wawasan dari perspektif orang lain untuk menciptakan solusi yang relevan dan efektif. Oleh karena itu, *empathize* menjadi langkah awal yang krusial untuk memahami permasalahan secara mendalam dan menciptakan solusi yang tepat sasaran, dengan menemukan pendekatan yang paling efektif. Menurut Brown (2009), memahami kebutuhan pengguna secara mendalam akan memastikan bahwa solusi yang dirancang

tidak hanya inovatif, tetapi juga dapat diterima dan bermanfaat bagi pengguna. Tanpa pemahaman yang tepat tentang pengalaman pengguna, solusi yang dikembangkan mungkin tidak relevan atau tidak menyelesaikan masalah yang dihadapi. Penelitian oleh Liedtka (2015) juga menunjukkan bahwa perusahaan yang mengadopsi pendekatan *Design Thinking*, khususnya dalam tahap *empathize*, cenderung lebih berhasil dalam menciptakan produk atau layanan yang berorientasi pada pengguna. Hal ini karena pemahaman yang mendalam tentang pengguna membantu menciptakan produk yang benar-benar memenuhi kebutuhan mereka, bukan sekadar berdasarkan asumsi atau kebutuhan pasar yang umum.

Metode *emphatize* digunakan dengan menekankan pada pemahaman mendalam tentang pengalaman dan perasaan siswa dalam menghadapi permasalahan dan tantangan yang dihadapi. Pemahaman mendalam yang mengedepankan perspektif siswa sebagai subjek utama, dapat menggali permasalahan yang siswa alami dengan lebih objektif, sehingga diharapkan solusi yang ditemukan dapat lebih sesuai dengan kebutuhan dan harapan siswa. Meskipun *empathize* sangat penting dalam *Design Thinking*, ada beberapa tantangan dalam implementasinya. Salah satunya adalah

kesulitan dalam memperoleh wawasan yang akurat dari pengguna, terutama jika mereka tidak dapat mengungkapkan masalah mereka dengan jelas. Selain itu, sering kali terdapat ketidakpastian dalam mengartikan pengalaman pengguna, yang dapat memengaruhi keputusan desain. Proses pengembangan empati yang tidak dilakukan dengan hati-hati atau secara sistematis dapat menghasilkan wawasan yang tidak lengkap atau bias, yang dapat mengarah pada solusi yang kurang efektif.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif dengan teknik pengumpulan data *in-depth interview*. *In-Depth Interview* adalah metode pengumpulan data yang sangat penting dalam penelitian kualitatif. Teknik ini melibatkan interaksi langsung antara peneliti dan informan untuk menggali informasi secara mendalam. Esterberg dalam Sugiyono (2012) menjelaskan tujuan dari *in-depth interview* adalah untuk menemukan masalah secara lebih terbuka. Dalam *in-depth interview*, penggalan informasi dilakukan secara mendalam berdasarkan tujuan dan maksud diadakan wawancara tersebut melalui pertanyaan-pertanyaan terbuka. Pertanyaan-pertanyaan ini dikembangkan dalam empat

aspek layanan bimbingan konseling yaitu aspek pribadi, sosial, karir, dan aspek akademik. Setiap aspek diturunkan dalam beberapa indikator untuk mempermudah pembuatan pertanyaan yang relevan. Berikut indikator yang digunakan untuk mengembangkan pertanyaan *in-dept interview* pada setiap aspek.

Tabel 1. Indikator Pertanyaan pada Aspek Layanan Bimbingan Konseling

Aspek	Indikator
Pribadi	1. Landasan hidup religius 2. Landasan perilaku etis 3. Kematangan emosi 4. Mengembangkan diri pribadi
Sosial	1. Kesadaran tanggung jawab sosial 2. Kematangan hubungan dengan teman sebaya 3. Kesenjangan gender
Karir	1. Perilaku kewirausahaan 2. Wawasan dan kesiapan karir
Akademik	1. Kematangan Intelektual 2. Kemampuan pemecahan masalah 3. Kemampuan pengambilan keputusan

Data-data yang diperoleh dengan teknik *in-depth interview* dianalisis dengan teknik dalam metode *emphatize* yaitu *extreme users*. *Extreme users* merupakan teknik untuk membangun empati dan benar-benar memahami masalah yang dihadapi pengguna ekstrem yang bertujuan untuk membantu membongkar ulang masalah dan mengungkap wawasan baru. Kebutuhan pengguna ekstrem dalam menyelesaikan masalah lebih sedikit atau lebih banyak sehingga solusi untuk masalah tersebut lebih dapat ditemukan dibandingkan kebutuhan pengguna rata-rata.

Oleh karena itu pemilihan subyek penelitian menggunakan metode *Extremes and Lenses* yang termasuk strategi pengambilan sampel dengan tujuan spesifik (*purposive sampling*). Strategi ini berdasar pada asumsi bahwa mayoritas populasi memiliki kebutuhan yang serupa (*mainstream*), namun pencilan populasi (*extremes*) memiliki kebutuhan yang paling berbeda. Subyek yang berasal dari dua ujung pencilan populasi, cenderung memiliki kesamaan pola kebutuhan, sehingga dapat diasumsikan bahwa kebutuhan tersebut mewakili kebutuhan seluruh populasi. Berdasarkan metode tersebut, dipilih 4 siswa dari kelas X SMA Negeri 78 Jakarta sebagai subyek penelitian yang dikelompokkan menjadi dua kelompok yaitu kelompok *extreme* dan *mainstream*. Pada kelompok *extreme*, subyek penelitian memiliki catatan bimbingan konseling berupa pelanggaran berat karena membawa minuman keras ke sekolah. Siswa memiliki kontrol diri yang kurang dan membutuhkan dukungan dan lingkungan sosial yang positif. Sedangkan pada kelompok *mainstream*, siswa memiliki kepribadian yang bagus di banding teman sebayanya. Siswa memiliki kepribadian yang baik dari segi kedisiplinan, memiliki kemampuan belajar yang baik dan aktif mengikuti kegiatan di luar sekolah. Siswa tersebut sering di kenal sebagai siswa yang berprestasi. Hasil *in-depth interview* dari

subyek penelitian disajikan dalam tabel matriks permasalahan dan dianalisis berdasarkan teori atau hasil penelitian yang relevan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data hasil *in-depth interview* menunjukkan, secara umum siswa memiliki permasalahan-permasalahan di setiap aspek layanan bimbingan konseling. Hasil *in-depth interview* dan analisis permasalahan dijabarkan untuk setiap aspek berikut ini.

A. Aspek Pribadi

Pada aspek pribadi, analisis permasalahan siswa dilakukan untuk setiap indikator. Pada indikator landasan hidup religius, tidak ditemukan permasalahan pada siswa. Setiap siswa percaya bahwa setiap individu memiliki motivasi diri. Motivasi diri dalam konteks hidup religius merupakan dorongan internal yang mengarahkan seseorang untuk menjalani kehidupan sesuai dengan nilai-nilai agama. Hal ini juga disadari oleh siswa kelompok *extreme* yang menyatakan bahwa individu harus meninggalkan perbuatan jahat menuju ke arah yang lebih baik. Data ini menunjukkan siswa mampu mengintegrasikan pengalaman religius dalam kehidupan sehari-harinya. Hal ini sesuai dengan teori yang dikembangkan oleh Pargament (2018), terkait dengan motivasi diri sebagai salah satu landasan religius membantu individu memahami makna dan tujuan hidupnya. Subyek penelitian juga

memahami faktor-faktor yang membangkitkan motivasi diri mereka. Pada kelompok *mainstream*, siswa menyatakan bahwa faktor dukungan orang tua merupakan salah satu dukungan dalam membangkitkan motivasi diri mereka. Selain keluarga, teman juga merupakan salah satu faktor yang memberi dukungan cukup besar saat mereka kehilangan motivasi diri. Chirkov et al. (2015) menyatakan bahwa dukungan sosial yang positif dari keluarga dan teman dapat meningkatkan motivasi diri yang mengarah pada peningkatan kesejahteraan psikologis dan pencapaian tujuan. Pendapat ini sesuai juga dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wentzel (2016), bahwa dukungan sosial dari guru, teman, dan keluarga sangat memengaruhi motivasi akademik siswa. Data selanjutnya menunjukkan bahwa ada perbedaan dalam memahami bagaimana cara membangkitkan motivasi diri dari kedua kelompok tersebut. Siswa *mainstream* membangkitkan motivasi diri dengan mencoba memahami keinginannya dalam mencapai cita-cita dan berupaya untuk rajin belajar, menghindari pergaulan bebas, dan menurut pada orang tua. Meskipun untuk menghindari pergaulan yang negatif, siswa menyatakan masih sulit, namun siswa dapat mengantisipasinya dengan jarang keluar rumah, sering beribadah, dan mengikuti berbagai kegiatan keagamaan dan kegiatan ekstrakurikuler baik di sekolah maupun di luar sekolah. Sementara siswa *extreme* belum memiliki cara-cara yang tepat dalam membangkitkan motivasi dirinya. Siswa menyatakan bahwa usaha minimal yang dilakukannya adalah dengan mengatakan pada diri sendiri untuk yakin dapat

melewati semua permasalahan yang dihadapinya. Hal ini menunjukkan bahwa siswa merasa bahwa usaha mereka tidak sebanding dengan hasil yang didapatkan. Siswa belum memiliki keyakinan dalam mencapai tujuan. Padahal menurut Vroom (2016), motivasi diri dipengaruhi oleh keyakinan tentang kemungkinan pencapaian tujuan dan seberapa besar nilai imbalan yang dapat diharapkan setelah pencapaian tersebut. Oleh karena itu Zimmerman (2016) menyatakan bahwa meningkatkan keyakinan diri dalam kemampuan akademik sangat penting untuk membangkitkan motivasi siswa *extreme*.

Selanjutnya pada indikator landasan perilaku etis, tidak banyak permasalahan yang ditemukan. Pada indikator ini, data yang dikumpulkan terkait dengan pengalaman subyek penelitian dalam memberikan dukungan sosial pada orang lain. Dukungan sosial merupakan salah satu elemen penting dalam membangun hubungan antar individu yang mendukung pengembangan perilaku etis. Banyak penelitian yang menunjukkan bagaimana dukungan sosial dapat berperan penting dalam pembentukan perilaku etis (Eisenberger et al. (2016); Wentzel (2016)). Baik siswa *extreme* maupun *mainstream* memiliki pengalaman dalam memberikan dukungan sosial kepada teman-temannya. Siswa memberikan dukungan sosial secara verbal kepada teman yang sedang mengalami permasalahan. Siswa *mainstream* memiliki cara untuk membiasakan diri untuk memberikan dukungan sosial kepada lingkungan sekitar dengan mengajak “ngobrol” atau mengajak teman ikut berorganisasi teman yang memiliki masalah. Sementara siswa *extreme*

belum terbiasa karena menurutnya, ia lebih membutuhkan dukungan sosial dari teman yang lain. Siswa *extreme* biasanya menunjukkan perilaku yang sulit atau bahkan merugikan dalam interaksi sosial, seperti kecenderungan untuk merasa terisolasi, pesimis, atau menghindari kegiatan sosial. Hawkley & Cacioppo (2015) mengkonfirmasi bahwa rasa keterhubungan sosial yang rendah berhubungan dengan perilaku menghindar dari kegiatan sosial dan kecenderungan pesimis dalam kehidupan sosial. Penelitian lain oleh Trower et al. (2016) mengungkapkan bahwa siswa yang memiliki kecenderungan ekstrem sering kali mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan teman-teman sebaya sehingga cenderung merasa terisolasi dan pesimis terhadap kemampuannya sendiri.

Pada indikator kematangan emosi, siswa SMA negeri 78 menyatakan sepakat bahwa pengendalian diri sebagai salah satu indikator kematangan emosi, penting untuk dilakukan. Siswa kelompok *extreme* menyadari bahwa pengendalian dirinya masih kurang namun berusaha menyemangati diri dengan mencoba bersabar. Sementara siswa *mainstream* menyatakan sudah mampu mengendalikan diri dengan membiasakan diri dalam lingkungan yang positif, berusaha mengikuti peraturan, dan patuh pada orang tua. Baik siswa kelompok *extreme* maupun *mainstream* menyatakan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan pengendalian diri adalah orang-orang di lingkungan termasuk orang tua. Hal ini menunjukkan bahwa lingkungan sosial merupakan salah satu faktor yang sangat berperan dalam

mengembangkan kemampuan individu dalam mengendalikan diri. Schmeichel, et al. (2010) dalam menyatakan bahwa lingkungan sosial mendorong pengendalian diri dan memperkuat kemampuan individu untuk bertahan terhadap godaan. Hasil penelitian senada dikemukakan oleh Baumeister, et al. (2013) yang menyimpulkan bahwa dukungan sosial dapat memitigasi kelelahan ego dan meningkatkan pengendalian diri dalam berbagai situasi.

Pada indikator pengembangan potensi diri, siswa sudah menyadari potensi dirinya sejak di Sekolah Menengah Pertama (SMP), namun ada satu siswa kelompok *mainstream* yang masih belum yakin dengan potensi dirinya. Rata-rata siswa menyadari potensi dirinya ketika mengikuti kegiatan yang sesuai dengan kemampuannya. Siswa memahami bahwa untuk memaksimalkan potensi diri, siswa perlu belajar dan berlatih secara terus menerus. Kendala yang sering dialami siswa dalam mengaktualisasikan dirinya baik siswa *extreme* maupun *mainstream* adalah pengaturan waktu dan rasa malas. Kedua kelompok siswa dapat mengaktualisasi diri karena ada peran dari keluarga terutama orang tua. Siswa merasa berkembang potensi dirinya di luar sekolah seperti di lingkungan atau di gereja. Kesulitan terbesar dalam mengaktualisasikan diri menurut siswa *extreme* adalah rasa malas. Sementara bagi siswa *mainstream*, tidak ada kendala dalam mengaktualisasi dirinya. Lingkungan keluarga atau sosial yang mendukung memberi kesempatan kepada siswa untuk mengeksplorasi minat mereka, merasa dihargai, sehingga siswa mampu mengembangkan atau mengaktualisasi diri. Ryan

& Deci, (2000) menyatakan bahwa lingkungan yang mendukung otonomi, kompetensi, dan hubungan sosial dapat mengoptimalkan perkembangan aktualisasi diri siswa.

B. Aspek Sosial

Aspek sosial diukur melalui tiga indikator yaitu kesadaran tanggung jawab sosial, kematangan relasi dengan teman sebaya, dan kesenjangan gender. Pada indikator kesadaran tanggung jawab sosial, siswa menyatakan pernah melihat kasus *bullying*. Saat melihat kasus tersebut, siswa *extreme* menyatakan pernah berusaha menolong, sementara siswa *mainstream* tidak mengungkapkan informasi apakah pernah menolong atau tidak. Hal ini menunjukkan bahwa baik siswa *extreme* maupun *mainstream* memiliki kesadaran tanggung jawab sosial terkait dengan *bullying*. *Bullying* atau perundungan adalah suatu bentuk perilaku agresif yang dilakukan dengan sengaja untuk menyakiti atau merendahkan orang lain, baik secara fisik, verbal, atau psikologis. Kesadaran tentang tanggung jawab sosial dalam konteks *bullying* mengacu pada sejauh mana individu atau kelompok merasa bertanggung jawab untuk mencegah dan mengatasi perundungan dalam lingkungan sosial mereka, baik di sekolah, tempat kerja, atau masyarakat secara umum. Lerner & Miller (2012) mengemukakan bahwa kesadaran tanggung jawab sosial ini berfokus pada kewajiban individu atau kelompok untuk melakukan tindakan yang bermanfaat bagi kesejahteraan masyarakat. Dalam konteks *bullying*, teori ini menyatakan bahwa setiap individu memiliki tanggung jawab untuk

tidak hanya menghindari melakukan *bullying*, tetapi juga untuk mencegah dan melaporkan perilaku *bullying* yang terjadi dalam lingkungan sosialnya. Hal ini diperkuat dengan pernyataan dari kedua kelompok yang mengharapkan adanya *support system* di lingkungan sosial siswa. Salah satunya dengan mengembangkan kemampuan sosialisasinya. *Support system* (sistem dukungan) yang baik memainkan peran kunci dalam meningkatkan kesadaran tanggung jawab sosial dalam membentuk perilaku sosial yang positif di kalangan individu, khususnya siswa. Salah satu caranya adalah dengan menyediakan jaringan sosial yang dapat membantu siswa mengembangkan kemampuan sosialisasinya. Pengembangan kemampuan sosialisasi siswa dapat dilihat sebagai sarana untuk memupuk empati, kerja sama, dan tanggung jawab terhadap orang lain, yang semuanya merupakan elemen penting dalam membangun kesadaran tanggung jawab sosial. Ketika *support system* di sekitar siswa mendukung proses sosialisasi ini, siswa dapat belajar untuk berempati, berkolaborasi, dan bertanggung jawab terhadap orang lain (Grusec & Davidov, 2010).

Selanjutnya pada indikator kematangan hubungan dengan teman sebaya, kedua kelompok siswa menyatakan memiliki beberapa teman yang cukup dekat. Siswa juga dapat dengan mudah memulai percakapan dengan orang baru, meskipun di awal hanya sekedar basa-basi. Meskipun mudah memulai percakapan dengan orang baru, siswa *extreme* maupun *mainstream* cenderung sulit mengekspresikan perasaannya kepada orang lain. Kematangan hubungan dengan

teman sebaya adalah indikator penting dalam perkembangan sosial individu, khususnya pada usia remaja. Hubungan dengan teman sebaya berperan besar dalam pembentukan identitas sosial, kemampuan interpersonal, dan perkembangan emosional. Gresham & Elliott (2017) menjelaskan bahwa kemampuan untuk memulai percakapan dan membangun hubungan dekat, sangat berpengaruh pada kematangan hubungan teman sebaya.

Pada indikator kesenjangan gender, siswa *extreme* lebih suka berinteraksi dengan sesama jenis. Siswa berinteraksi dengan santun dan memperlakukan lawan jenis dengan baik dan berusaha menjaga perasaan. Bagi siswa *extreme*, memiliki teman lawan jenis tidak terlalu penting, karena teman yang biasanya sering memberikan dukungan adalah siswa sesama jenis. Sementara siswa *mainstream* tidak membedakan gender ketika berinteraksi. Siswa berinteraksi dengan wajar dan memberi batasan-batasan yang diperlukan. Bagi siswa *mainstream*, penting untuk memiliki teman lawan jenis karena siswa perlu belajar cara berinteraksi dengan lawan jenis agar dapat saling memahami dan tidak salah memperlakukan lawan jenis. Kesenjangan gender adalah perbedaan dalam perlakuan dan peran yang diberikan kepada laki-laki dan perempuan dalam masyarakat, termasuk interaksi dengan lawan jenis. Kesenjangan ini dapat tercermin dalam cara individu berinteraksi dan memperlakukan lawan jenis. Penelitian yang dilakukan oleh Furman & Buhrmester (2013) menunjukkan bahwa memiliki teman lawan jenis dapat memperkaya pengalaman sosial remaja, mengurangi stereotip gender, dan

meningkatkan kecerdasan emosional. Remaja yang memiliki teman lawan jenis lebih mampu membentuk hubungan yang lebih seimbang dan saling menghargai, yang dapat mengurangi kesenjangan gender dalam hubungan sosialnya.

C. Aspek Akademik

Aspek akademik dalam analisis permasalahan siswa mengacu pada tiga indikator yaitu motivasi, kemampuan kognitif dan pemecahan masalah, serta pengelolaan waktu. Pada indikator motivasi, baik siswa *extreme* maupun *mainstream* menyatakan bahwa siswa pernah mengalami penurunan motivasi dalam belajar. Siswa mengalami penurunan motivasi biasanya karena siswa tidak menyukai cara guru mengajar. Rothstein-Fisch & Trumbull (2011) menjelaskan bahwa pengajaran yang kurang menarik dapat mengurangi keterlibatan siswa dan menyebabkan siswa merasa tidak terhubung dengan materi, dan pada gilirannya menurunkan motivasi belajar siswa. Siswa *mainstream* memiliki cara untuk mengatasinya dengan cara bertanya kepada teman yang memahami materi yang diajarkan guru. Sementara siswa *extreme* belum memiliki cara dalam mengatasinya. Siswa cenderung pasrah dan tidak melakukan apa-apa. Ketika tidak memahami materi, siswa *extreme* cenderung merasa biasa saja dan tidak frustrasi. Siswa *extreme* juga tidak memiliki beban dan tidak terdorong untuk

mencari tahu lebih lanjut. Jika terpaksa, siswa akan bertanya ke teman karena lebih membuatnya nyaman dibandingkan bertanya ke guru. Sementara siswa *mainstream* akan merasa frustrasi jika materi pembelajaran tidak di pahami namun siswa merasa dapat mencari tahu apa yang bisa dilakukannya untuk mengatasi hal tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa siswa memiliki kesadaran diri dalam memahami kekuatan, kelemahan, emosi, kebutuhan dan pendorong untuk dirinya sendiri. Menurut Nihayatus dalam Astuti, dkk (2019), kesadaran diri merupakan kemampuan untuk dapat memilah-milah perasaan serta kemampuan dalam mengenal, bahkan mampu memahami hal yang sedang dirasakan dan mengetahui penyebab munculnya perasaan tersebut serta pengaruhnya terhadap perilaku dirinya. Kedua kelompok siswa juga memiliki kebiasaan belajar bersama teman. Siswa *extreme* tidak memiliki cara dalam mengatur waktu antara belajar dan bermain, sementara siswa *mainstream* dapat mengatur waktu dengan membuat jadwal kegiatan harian. Siswa *extreme* jarang belajar, belajar hanya jika ada tugas, bahkan saat ujian pun, siswa *extreme* juga tidak belajar. Sementara siswa *mainstream*, belajar dengan cara menyimpulkan materi dari beberapa buku sumber. Siswa juga bertanya ke teman yang lain yang dianggap lebih paham. Siswa masih

dapat membagi waktu antara belajar, bermain, dan istirahat, meskipun pada siswa *extreme*, belajar hanya dilakukan pada saat di sekolah atau saat ada tugas. Siswa juga mampu mengatasi masalah dengan menentukan prioritas beberapa tugas atau ujian yang mendekati waktu bersamaan. Siswa biasanya mengerjakan tugas terlebih dahulu, kemudian baru melanjutkan belajar untuk menghadapi ujian. Siswa belajar dengan konsisten meskipun memiliki motivasi yang berbeda. Siswa *extreme* meskipun belum bisa belajar secara rutin, namun terkadang karena orang tua dan karena berada di lingkungan sekolah, mereka berusaha belajar secara rutin. Sementara siswa *mainstream* belajar secara rutin dengan alasan untuk dapat memahami materi sehingga dapat menjawab pertanyaan ujian dengan mudah. Siswa juga sudah memiliki tujuan jangka panjang untuk karir akademiknya. Siswa menyadari bahwa prestasi akademik yang saat ini dimiliki masih kurang. Setiap siswa yang menjadi responden penelitian mengungkapkan keinginannya untuk meningkatkan prestasi akademiknya demi masa depan. Hal ini menunjukkan siswa memiliki harapan, niat, dan hasrat untuk menjadi lebih baik. Harapan, niat, dan hasrat ini merupakan salah satu kategori kesadaran diri menurut Zeman dalam Dyanasta (2015).

D. Aspek Karir

Pada aspek karir, siswa mengungkapkan ingin melanjutkan studi setelah lulus sekolah menengah. Siswa *mainstream* memiliki role model terkait dengan karir, namun siswa *extreme* tidak. Siswa sudah memahami dan mulai mengembangkan diri untuk siap memasuki dunia kerja. Siswa *extreme* mengembangkan mental dan fisiknya melalui pengalaman sedangkan siswa *mainstream* mengembangkan bakat dan minat melalui kegiatan ekstrakurikuler. Kedua kelompok siswa memiliki pandangan yang berbeda terkait tantangan dunia kerja. Siswa *extreme* menganggap waktu dan kondisi tak terduga menjadi tantangan dalam dunia kerja, sementara siswa *mainstream* menganggap bagaimana mengimplementasikan hasil belajar di sekolah dapat diterapkan dalam dunia kerja. Hal ini menunjukkan bahwa untuk berhasil dalam dunia kerja, siswa harus memiliki *hard skill* dan *soft skill*. Menurut Afriani & Setiyani dalam Oktavia dan Dwijayanti (2024), keberhasilan seseorang dalam karier tidak hanya bergantung pada keahlian teknis (*hard skill*), tetapi juga terkait dengan kemampuan interpersonal dan *soft skill* yang memengaruhi bagaimana seseorang dapat diterima di lingkungan kerja. Siswa memahami minat dan potensinya untuk memasuki dunia kerja yang dipilihnya. Siswa memahami bidang kerja yang diminatinya dan

prospek kerja kedepannya. Kedua kelompok siswa juga menganggap bahwa perencanaan terkait dengan karir dalam dunia kerja yang diinginkan cukup meskipun masih harus ditingkatkan secara terus menerus. Hal ini menunjukkan bahwa siswa sudah memiliki pandangan terkait masa depannya. Menurut Lang & Carstensen dalam Putri, dkk (2022), pandangan akan masa depan merupakan persepsi individu tentang berbagai peluang dan sasaran yang tersedia di masa depan. Pandangan akan masa depan merupakan salah satu faktor kematangan karir. Winkel & Hastuti dalam Putri, dkk (2022) menjelaskan bahwa kematangan karier adalah tahapan dalam perkembangan manusia, di mana individu dapat menentukan pilihan karier bagi dirinya sesuai dengan tahapan dan eksplorasi karir yang direncanakan dalam jangka waktu yang panjang dengan tetap memperhatikan kemampuan yang dimiliki individu tersebut.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian yang telah dianalisis dan dibahas, menunjukkan adanya beberapa permasalahan yang dihadapi oleh siswa Kelas X di SMA Negeri 78 Jakarta. Pada aspek pribadi, siswa belum memiliki kontrol diri yang baik terutama dalam manajemen waktu, dimana siswa belum dapat menentukan skala

prioritas agar dapat menyusun strategi jitu dalam membentuk kebiasaan yang baik. Pada aspek sosial, siswa belum memiliki kematangan emosi sehingga siswa sering kali labil dalam mengambil keputusan dan kurang percaya diri yang mengakibatkan siswa tertutup dengan lingkungan sosialnya. Sementara pada aspek akademik, prokrastinasi atau menunda-nunda tugas, motivasi belajar yang rendah menjadi permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik dan gaya peserta didik masih belum mengetahui gaya belajar yang paling mungkin untuk mendukung proses belajarnya. Pada aspek karir ditemukan permasalahan mengenai kurangnya pengetahuan tentang seputar dunia perkuliahan baik dari jurusan, jalur masuk dan ragam universitas yang paling mungkin diminati.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, J. P., Mayangsari, M. D., Zwagery, R. V. (2019). Hubungan Kesadaran Diri dengan Flow Akademik pada Siswa di Daerah Lahan Gambut. *Jurnal Kognisia*, 2(2), 68-74.
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2013). Self-control, ego depletion, and energy. In R. F. Baumeister & K. D. Vohs (Eds.), *Handbook of Self-Regulation: Research, Theory, and Applications* (2nd ed.). New York: Guilford Press.
- Brown. (2009). *Change by Design: How Design Thinking Transforms Organizations and Inspires Innovation*. New York: Harper Business.
- Chao, R. K., & Tseng, V. (2015). The Role of Parental Involvement and Expectations in Academic Achievement: A Review of the Literature. *Journal of Adolescence*, 38(4), 27-39.
- Chirkov, V., Ryan, R. M., Kim, Y., & Kaplan, U. (2015). Differentiating Autonomy from Individualism and Independence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 108(6), 987-1003.

- Dyanasta, R. (2015). Keefektifan Klarifikasi Nilai untuk Meningkatkan Kesadaran Nilai Tanggungjawab Akademik pada Siswa. *PSIKOPEDAGOGIA*, 4(2), 136-142
- Eisenberger, R., Karahanna, E., & Meyer, J. (2016). Social Support and Motivation in the Workplace: A Review and Theoretical Framework. *Journal of Applied Psychology*, 101(7), 1204-1218.
- Furman, W., & Buhrmester, D. (2013). "The Development of Companionship and Intimacy." *Child Development*, 66(3), 591-607.
- Gresham, F. M., & Elliott, S. N. (2017). *Social Skills Improvement System: Rating Scales Manual*. Pearson.
- Grusec, J. E., & Davidov, M. (2010). "Socialization and Development." *Handbook of Socialization: Theory and Research*, 1-24.
- Hawkley, L. C., & Cacioppo, J. T. (2015). Loneliness and Social Isolation. *Current Directions in Psychological Science*, 14(2), 58-63.
- Lerner, R. M., & Miller, M. J. (2012). "Social Responsibility and the Development of Character." *Journal of Applied Developmental Psychology*, 33(3), 172-181.
- Liedtka, J. (2015). Perspective: Linking Design Thinking with Innovation Outcomes through Cognitive Bias Reduction. *Journal of Product Innovation Management*, 32, 925-938.
- Oktavia, A. N., & Dwijayanti, R. (2024). Persepsi Kesiapan Memasuki Dunia Kerja Siswa di SMKN 4 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Tata Niaga (JPTN)*, 12(1), 35-46
- Olmstead, S. B., et al. (2016). The Impact of Social Media on Adolescent Mental Health: A Systematic Review. *Journal of Adolescence*, 53, 98-111.
- Pargament, K. I. (2018). *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*. Guilford Press.
- Puspitawati, D., & Kurniawan, S. (2020). Studi Kesehatan Mental Remaja di Sekolah Menengah Atas: Sebuah Tinjauan. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 120-135.
- Putri, N. D. A., Nugroho, A. A., Satwika, P. A. (2022). Pandangan akan Masa Depan dan Kematangan Karier Siswa SMK A View of the Future and Career Maturity of Vocational Student. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candradiwa*, 7(1), 60-67

- Rothstein-Fisch, C., & Trumbull, E. (2011). *Managing Diverse Classrooms: How to Build on Students' Cultural Strengths*. Pearson.
- Ryan, A. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. In R. M. Ryan & E. L. Deci (Eds.), *Handbook of Self-Determination Research*. Rochester, NY: University of Rochester Press.
- Schmeichel, B. J., et al. (2010). Self-control and ego depletion: The resources model of self-regulation. In R. Baumeister & K. Vohs (Eds.), *Handbook of Self-Regulation* (2nd ed.). New York: Guilford Press.
- Smetana, J. G., et al. (2014). Parent-Adolescent Conflict and the Role of the Parent-Child Relationship in Adolescent Development. *Child Development*, 85(5), 1714-1728.
- Steinberg, L. (2017). *Adolescence*. McGraw-Hill Education.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Trower, P., et al. (2016). The Impact of Social Withdrawal and Avoidance on Mental Health. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 35(5), 417-430.
- Vroom, V. H. (2016). *Work and Motivation*. Wiley.
- Wentzel, K. R. (2016). Motivation and Achievement in Educational Contexts. In *Handbook of Educational Psychology* (pp. 203-217). Routledge.
- Zimmerman, B. J. (2016). Motivational Influences on Academic Performance. *Educational Psychologist*, 51(1), 1-23.