

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Menjadi remaja SMA tentunya merupakan hal yang sangat diimpikan setiap anak, banyak diantaranya yang merasa bahwa masa-masa SMA merupakan masa yang paling indah. Namun masa remaja merupakan sebuah masa yang cukup sulit untuk dihadapi. Menurut Stanley Hall pada tahun 1904 (Santrock, 2011 : 402), masa remaja merupakan masa-masa bergejolak yang penuh diwarnai dengan konflik dan perubahan suasana hati. Selain itu usia remaja adalah usia yang kritis dalam kehidupan karena merupakan masa peralihan dari masa anak – anak menuju masa dewasa sehingga sering mencari jati diri dengan mencoba gaya hidup yang sesuai sehingga ini merupakan *stressor* bagi remaja (Samsugito dan Putri, 2019). Berbagai permasalahan yang mengelilingi dapat menjadikan sebuah pelajaran untuk mendewasakan serta menemukan sebuah jati diri. Masa dimana setiap anak dapat mengekspos minat dan bakatnya, baik itu di bidang akademik maupun non akademik. Salah satunya dengan mengikuti berbagai organisasi di sekolah seperti OSIS, IPM, dan lain sebagainya.

Organisasi merupakan sebuah sistem dimana setiap manusia saling tergantung atau terkait satu sama lain dan membentuk jejaring yang saling memberikan kemanfaatan satu dengan yang lainnya. Menurut W. Gordon Lawrence (2007 : 148) organisasi merupakan *the organization as a container*

for dream (Wahyu and Salam, 2020). Dengan begitu organisasi adalah salah satu wadah dimana seorang remaja dapat menggali dan mengasah kemampuannya dalam berbagai bidang.

Dalam organisasi yang ada di sekolah tentunya setiap anggota organisasi tersebut telah dituntut untuk melaksanakan tugas-tugas yang telah diberikan. Namun, beberapa anggota merasa tidak sanggup bertahan dalam tekanan pekerjaan organisasi dan tuntutan target yang ada. Situasi tersebut dapat menimbulkan beberapa permasalahan. Permasalahan yang timbul dalam organisasi, baik itu masalah anggota dengan anggota ataupun anggota dengan kelompok akan mengakibatkan sebuah konflik (Lumintang, 2015). Sedangkan organisasi sekolah yang berbasis asrama dan organisasi sekolah yang berbasis umum memiliki permasalahan dan tantangan yang berbeda. Berdasarkan observasi peneliti, sekolah berbasis asrama atau pondok pesantren memiliki kegiatan yang begitu padat, mulai dari bangun tidur di pagi hari hingga akan tidur di malam hari. Dengan banyaknya permasalahan dan tanggung jawab yang diterima oleh seorang remaja dapat menimbulkan beberapa dampak salah satunya adalah stres.

Membahas mengenai stress, stress sudah menjadi hal yang sering kali diperbincangkan, menjadi sesuatu yang sudah tidak asing dalam kehidupan sehari-hari bahkan dapat dirasakan pula. Stress merupakan gejala psikologis yang sering kali ditemukan maupun dan dialami oleh setiap individu manapun, stres dapat muncul dikarenakan adanya ketidaksesuaian antara banyaknya

tuntutan yang diterima dengan kemampuan yang dimiliki seorang individu untuk mengatasinya

Hal ini sesuai dengan pengalaman pribadi peneliti saat menjadi salah satu anggota organisasi IPM di PPM Muhammadiyah Boarding School Putri Sleman Yogyakarta pada tahun 2016-2017. Dengan banyaknya tanggung jawab yang dipikul, salah satunya selain harus menjalankan tanggung jawabnya sebagai santri, juga harus menjalankan tanggung jawab sebagai pengurus harian atau organisasi IPM di pondok. Beberapa anggota organisasi mengalami kekurangan tidur, panik, kesulitan membagi waktu, pola makan berubah, hingga akhirnya mengalami stres. Oleh karena itu, stres sudah menjadi salah satu bagian dari kehidupan dan dapat menyerang dimanapun dan siapa pun baik itu orang dewasa, remaja, orang lanjut usia dan bahkan anak kecil. Dan tingkatan stres yang dialami oleh setiap individunya pun memiliki tingkatan yang berbeda. Banyak sekali faktor-faktor yang dapat mempengaruhi stres, salah satunya kepribadian.

Kepribadian adalah keseluruhan pola pikiran, perilaku dan perasaan yang sering digunakan dalam beradaptasi secara terus-menerus dalam kehidupan (Putra dan Luh, 2015). Dinamika kepribadian menurut psikologi Islam terdiri dari qalbu, akal dan nafsu. Dari tiga dinamika tersebut dapat menimbulkan sebuah tingkah laku (Hasanah, 2015). Terdapat beberapa tipe kepribadian salah satunya kepribadian *introvert* dan *ekstrovert*. Menurut Eysenck, terdapat dua dimensi kepribadian, kepribadian *ekstrovert* yaitu

mudah bergaul, aktif dan sosial. Sedangkan *introvert* yaitu pendiam, pasif, pencemas, kaku dan kurang atau tidak dapat bersosialisasi (Sidik, 2020).

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik melakukan penelitian dalam bentuk skripsi yang berjudul **“Perbandingan Tingkat Stres Berorganisasi Remaja SMA Berdasarkan Tipe Kepribadian *Introvert* dan *Ekstrovert* Di PPM Muhammadiyah Boarding School Putri Sleman Yogyakarta”**

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Kurangnya komunikasi atau hubungan yang baik antar anggota mengakibatkan terjadinya konflik dalam organisasi.
2. Tekanan serta tuntutan tugas-tugas yang diberikan dari organisasi
3. Permasalahan dalam sebuah organisasi memiliki dampak terhadap tiap individunya yang mengakibatkan stress.
4. Organisasi sekolah berbasis asrama dengan organisasi sekolah berbasis umum memiliki permasalahan dan tantangan yang berbeda.
5. Kepribadian merupakan salah satu faktor yang menimbulkan stress.

1.3. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas peneliti memberikan batasan serta ruang lingkup dari penelitian yang akan dilakukan. Peneliti hanya

membatasi permasalahan pada perbandingan tingkat stres berorganisasi remaja SMA berdasarkan tipe kepribadian *Introvert* dan *Ekstrovert*.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah diatas rumusan masalah penelitian ini adalah “Bagaimana perbandingan tingkat stres berorganisasi remaja SMA berdasarkan tipe kepribadian *Introvert* dan *Ekstrovert* di PPM Muhammadiyah Boarding School Putri Sleman Yogyakarta?”

1.5. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1.5.1. Tujuan Penelitian:

Mengetahui perbandingan tingkat stres berorganisasi remaja SMA berdasarkan tipe kepribadian *Introvert* dan *Ekstrovert* di PPM Muhammadiyah Boarding School Putri Sleman Yogyakarta

1.5.2. Manfaat Penelitian:

Hasil penelitian ini nantinya memiliki manfaat secara teoritis dan praktis, sebagai berikut:

- a. Manfaat secara teoritis dari hasil penelitian ini sebagai berikut :
 - 1) Dapat menjadi bahan perbandingan dan pembahasan dalam penelitian selanjutnya.
 - 2) Menjadi bahan kajian maupun pembahasan untuk praktisi konselor atau psikolog.

b. Manfaat secara praktis dari hasil penelitian ini sebagai berikut :

- 1) Menjadi bahan masukan, pertimbangan dan evaluasi bagi pihak sekolah, maupun pihak-pihak luar secara umum dalam manajemen stres berorganisasi siswa berdasarkan tipe kepribadiannya.