

**STRATEGI *COPING* SISWA BERPRESTASI DALAM POLA
RELASI KELUARGA YANG TIDAK OPTIMAL
DI SMAN 1 SENDANG AGUNG**

(Skripsi)

Oleh

**RIZKI MUAFIA
2113052067**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2025**

**STRATEGI *COPING* SISWA BERPRESTASI DALAM POLA
RELASI KELUARGA YANG TIDAK OPTIMAL
DI SMAN 1 SENDANG AGUNG**

**Oleh
RIZKI MUAFIA**

(Skripsi)

**Skripsi Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mencapai Gelar Sarjana
SARJANA PENDIDIKAN**

**Pada
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Jurusan Ilmu Pendidikan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2025**

ABSTRAK

STRATEGI *COPING* SISWA BERPRESTASI DALAM POLA RELASI KELUARGA YANG TIDAK OPTIMAL DI SMAN 1 SENDANG AGUNG

Oleh

RIZKI MUAFIA

Penelitian ini mengkaji strategi *coping* yang digunakan siswa berprestasi dalam pola relasi keluarga yang tidak optimal di SMA Negeri 1 Sendang Agung. Menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus, penelitian dilakukan terhadap enam siswa berprestasi yang menghadapi tantangan dalam relasi keluarga mereka. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dan Focus Group Discussion (*FGD*). Hasil penelitian mengidentifikasi ada enam kategori strategi *coping* yang digunakan: *Emotion-focused coping* (31,58%), *Problem-focused coping* (29,82%), *Social Support* (17,54%), *Avoidance Strategy* (12,28%), *Religious Coping* (5,26%), dan *Approach Strategy* (3,51%). Temuan menunjukkan bahwa meskipun menghadapi pola relasi keluarga yang kurang optimal, siswa mampu mengembangkan resiliensi dan strategi adaptif untuk tetap berprestasi. Mereka menunjukkan kemampuan adaptasi tinggi dengan mencari waktu dan tempat optimal untuk belajar, mengembangkan kemandirian, mencari dukungan sosial alternatif, serta mentransformasi pengalaman sulit menjadi motivasi. Penelitian ini memberikan wawasan penting tentang siswa yang dapat mengatasi keterbatasan dalam lingkungan keluarga untuk mencapai keberhasilan akademik, serta menyoroti pentingnya memperkuat sistem dukungan di sekolah bagi siswa dengan kondisi keluarga yang kurang optimal.

Kata Kunci: strategi *coping* , pola relasi keluarga, siswa berprestasi.

ABSTRACT

COPING STRATEGIES OF HIGH-ACHIEVING STUDENTS WITH NON-OPTIMAL FAMILY RELATIONSHIP PATTERNS AT SMAN 1 SENDANG AGUNG

By

RIZKI MUAFIA

This research examines the coping strategies used by high-achieving students with suboptimal family relationship patterns at SMA Negeri 1 Sendang Agung, Central Lampung. Using a qualitative approach with a case study method, the research was conducted on six high-achieving students who faced challenges in their family relationships. Data collection was carried out through in-depth interviews and Focus Group Discussions (FGD). The research results identified six categories of coping strategies used: Emotion-focused coping (31.58%), Problem-focused coping (29.82%), Social Support (17.54%), Avoidance Strategy (12.28%), Religious coping (5.26%), and Approach Strategy (3.51%). The findings show that despite facing less-than-optimal family relationship patterns, students were able to develop resilience and adaptive strategies to maintain high achievement. They demonstrated high adaptability by finding optimal times and places to study, developing independence, seeking alternative Social Support, and transforming difficult experiences into motivation. This research provides important insights into students can overcome limitations in their family environment to achieve academic success, and highlights the importance of strengthening support systems in schools for students with less-than-ideal family conditions.

Keywords: coping strategies, family relationship patterns, high-achieving students.

Judul Skripsi

: STRATEGI *COPING* SISWA
BERPRESTASI DALAM POLA RELASI
KELUARGA YANG TIDAK OPTIMAL DI
SMAN 1 SENDANG AGUNG

Nama Mahasiswa

: Rizki Muafia

Nomor Pokok Mahasiswa

: 2113052067

Program Studi

: Bimbingan dan Konseling

Fakultas

: Ilmu Pendidikan



Dosen Pembimbing 1

Dosen Pembimbing II

Handwritten signature of Diah Utaminingsih in black ink.

Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi.
NIP. 197907142003122001

Handwritten signature of Ratna Widiastuti in black ink.

Ratna Widiastuti, S.Psi., M.A., Psi.
NIP. 197303152002122002

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

Handwritten signature of Dr. Muhammad Nurwahidin in black ink.

Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si. &
NIP. 197412202009121002



Dipindai dengan CamScanner

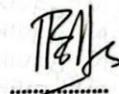
MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua : Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi.



Sekretaris : Ratna Widiastuti, S.Psi., M.A., Psi.



Penguji Utama : Dr. Mujiyati, M.Pd



2. Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan



Dr. Albet Maydiañtoro, M.Pd.
NIP 198705042014041001



Tanggal Lulus Ujian Skripsi: 23 Mei 2025

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rizki Muafia
Nomor Pokok Mahasiswa : 2113052067
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "Strategi *Coping* Siswa Berprestasi dalam Pola Relasi Keluarga yang Tidak Optimal di Sman 1 Sendang Agung" tersebut asli dan hasil penelitian saya kecuali bagian- bagian tertentu yang dapat dirujuk sumber, penulis, dan terdapat daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

Bandar Lampung, 1 Mei 2025

Peneliti



Rizki Muafia

NPM 2113052067

RIWAYAT HIDUP



Penulis bernama Rizki Muafia, lahir di Sendang Mulyo, Lampung Tengah. Pada tanggal 15 Agustus 2003. Penulis merupakan anak pertama dari 3 saudara, yang lahir dari pasangan Ali Muhtarom dan Siti Aminah.

Berikut pendidikan formal yang pernah ditempuh penulis yaitu:

1. SD Negeri 2 Sendang Mulyo
2. MTS Al- Mualimin Ma'arif 03 Sendang Rejo
3. SMA Negeri 1 Sendang Agung

Pada tahun 2021, penulis terdaftar sebagai mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung melalui jalur Seleksi Bersama Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SBMPTN). Organisasi yang pernah penulis ikuti selama menjadi mahasiswa yaitu sebagai Bendahara Umum Formabika Universitas Lampung 2023 – 2024 serta Anggota Bidang Kaderisasi Himajip (Himpunan Mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan) Universitas Lampung periode 2022. Penulis melaksanakan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dan Pengenalan Lingkungan Persekolahan (PLP) di SMAN 2 Kalianda, Desa Kedaton, Kecamatan Kalianda, Kabupaten Lampung Selatan.

MOTTO

"Hidup ini seperti perjalanan di padang pasir, langkah-langkah yang sulit justru menempa karaktermu menjadi permata yang berharga."

(Ali bin Abi Thalib)

"Perempuan yang berpendidikan menulis sejarahnya dengan tinta, bukan dengan air mata."

(Jane Austen)

"Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal itu baik bagimu. Dan boleh jadi kamu menyukai sesuatu, padahal itu buruk bagimu. Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui."

(QS. Al-Baqarah: 216)

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Dengan segenap rasa syukur ke hadirat Allah SWT, atas segala limpahan rahmat, nikmat, kasih sayang, dan kekuatan yang telah diberikan sehingga karya ini dapat terselesaikan.

Dengan kerendahan hati kupersembahkan karya sederhana ini sebagai tanda bakti dan cintaku kepada sosok-sosok Istimewa yang keberadaan, doa, dan dukungannya adalah nafas dalam perjuanganku.

Cinta pertamaku Bapak Ali Muhtarom, Sosok perkasa yang tak pernah kulihat mengeluh, berjuta tetes keringat yang engkau korbankan untuk kebahagiaan putrimu, senyuman kecilmu yang selalu aku rindukan, serta keraguanmu atas kemampuanmu untuk menyekolahkanku waktu itu. Bapak, anak mu sudah ada pada titik ini sekarang.

Pintu Surgaku Ibunda Siti Aminah, Terima kasih atas segalanya. Untuk setiap tetes air mata kekhawatiran yang tak kau tunjukkan, untuk setiap malam yang kau lalui dengan do'a demi keberhasilanku, dan untuk cinta yang tidak pernah meminta imbalan. Langkahku hari ini takkan mungkin terjadi tanpa doa-doa sunyimu yang kau lantunkan di sela lelah dan letihmu.

Adik-adikku tersayang Alya Rahmawati dan Haikal Nazril Alfarezi Kalian adalah pelangi dalam hidupku, dan yang selalu membuatku ingin sering pulang. Terima kasih telah menjadi bagian dari semangat dalam setiap langkah perjalanan ini. Kalian adalah pengingat bahwa dalam setiap perjuangan, selalu ada yang menanti untuk dibanggakan.

Serta

Almamater Tercinta
Universitas Lampung

SANWACANA

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang maha pengasih lagi maha penyayang, yang senantiasa memberikan rahmat serta hidayah yang sangat luar biasa, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Analisis Strategi *Coping* Siswa Berprestasi Dalam Pola Relasi Keluarga di Sman 1 Sendang Agung” tak lupa sholawat serta salam selalu tercurah kepada nabi Muhammad SAW sebagai suri tauladan yang baik dan pemimpin kaumnya.

Skripsi ini sebagai salah satu syarat bagi penulis mencapai gelar Sarjana Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung. Penulis menyadari bahwa selama penulisan skripsi ini tidak sedikit hambatan yang dihadapi. Skripsi ini dapat selesai atas bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Suatu kebanggaan bagi penulis melalui sanwacana ini mengucapkan rasa terima kasih kepada pihak-pihak yang berkenan untuk membantu selama proses penyelesaian skripsi, diantaranya:

1. Ibu Prof. Dr. Ir. Lusmeila Afriani., D.E.A., I.P.M selaku Rektor Universitas Lampung
2. Bapak Dr. Albet Maydiantoro, M.Pd., selaku dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung
3. Bapak Dr. Nurwahidin, M.Ag., M.Si., selaku ketua jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
4. Ibu Dr. Ranni Rahmayanthi Z, S.Pd., M.A., selaku ketua program studi Bimbingan dan konseling FKIP universitas lampung
5. Ibu Citra Abriani Maharani, M.Pd., Kons., selaku pembimbing akademik. Penulis mengucapkan terimakasih yang tak terhingga kepada ibu yang telah membimbing penulis sejak dari awal perkuliahan hingga ada ditahap skripsi, meluangkan waktu untuk dapat berdiskusi, memberikan motivasi, serta memberikan arahan demi terselesainya skripsi ini

6. Ibu Diah Utamingsih, S.Psi., M.A. Psi selaku pembimbing pertama, penulis ucapkan terima kasih banyak karena telah meluangkan waktu disaat adanya kesibukan untuk dapat melakukan bimbingan dengan teliti dan memberikan masukan yang sangat berharga mengenai skripsi hingga terselesaikannya skripsi ini
7. Ibu Ratna Widiastuti, S.Psi., M.A.,Psi. selaku pembimbing kedua, penulis ucapkan terima kasih banyak karena telah meluangkan waktu disaat adanya kesibukan untuk dapat melakukan bimbingan dengan teliti dan memberikan masukan yang sangat berharga mengenai skripsi hingga terselesaikannya skripsi ini.
8. Ibu Dr. Mujiyati, M.Pd. selaku dosen penguji, penulis ucapkan banyak terima kasih atas saran dan masukan yang membangun mengenai skripsi penulis, serta motivasi yang diberikan hingga terselesaikannya skripsi ini
9. Seluruh dosen dan staff program Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung yang telah memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis selama perkuliahan dan membantu mengarahkan penulis sampai dengan skripsi ini selesai
10. Kepala sekolah, guru BK, staff dan siswi SMA Negeri 1 Sendang Agung yang telah membantu dan memberikan izin untuk dapat melakukan penelitian di SMAN 1 Sendang Agung
11. Kedua orang tua penulis, Bapak Ali Muhtarom dan Ibunda Siti Aminah yang selalu memberikan cinta, doa, dukungan, perhatian, serta selalu berjuang untuk kebahagiaan penulis. Mereka memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun mereka mampu mendidik penulis sampai sarjana. Dengan bangga penulis menulis karya ini untuk kedua cintaku.
12. Alya Rahmawati dan Haikal Nazril Alfarezi, adik-adik ku tersayang terimakasih telah memberikan perhatian, dukungan, semangat, serta candaan yang membuat penulis semangat dalam menyelesaikan skripsi ini. Berjanjilah untuk tumbuh lebih baik dari ku.
13. Nenek Almh Hj. Saminah yang selalu ditunggu kehadirannya di setiap mimpi penulis. Kasih sayangmu tidak pernah terlupakan sampai kapanpun. Bahagia selalu disurga.

14. Keluarga besar penulis yang selalu mendo'akan dan memberikan dukungan kepada penulis.
15. Sahabat-sahabat Bismillah cinta, Putri dan Pipin Elya Sasmita terimakasih atas dukungan, pelukan, dan bahu yang selalu ada. Terimakasih selalu menghibur disetiap titik terendah penulis. Akan terlalu panjang bila menceritakan kebahagiaan penulis dipertemukan dengan kalian. Tidak pernah terbayangkan bagaimana kehidupan di perkuliahan ini jika tanpa kehadiran kalian. Semoga persahabatan ini tetap terjalin sampai tua nanti.
16. Muhammad Fajri yang selalu senantiasa memberikan perhatian, kasih sayang, memberikan bantuan meluangkan waktu, tenaga dan banyak hal lainnya untuk penulis serta menjadi tempat berkeluh kesah. Terimakasih atas dukungan dan motivasinya sehingga penulis bersemangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
17. Temen- temen BK 2021 sebagai rekan seperjuangan yang selalu suportif dari mahasiswa baru hingga akhir.
18. Teman-teman KKN-PLP Desa Kedaton Kalianda Periode 2024.
19. Semua pihak yang terlibat selama proses penulisan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.
20. Terakhir, terimakasih kepada wanita sederhana yang memiliki impian besar, yaitu penulis. Rizki Muafia, terimakasih telah berusaha keras untuk meyakinkan dan menguatkan diri sendiri bahwa kamu dapat menyelesaikan studi ini. Terimakasih sudah melewati setiap kesulitan dihidup ini walau kadang terasa tidak mungkin. Terimakasih karena terus berusaha sampai sekarang. Terimakasih karena sudah mau memaafkan dan menerima segala hal yang menyakiti hatimu. Terimakasih sudah mampu berdiri sendiri melewati semua hal sulit yang tak banyak orang tahu. Allah telah merencanakan episode terbaik untuk film indah itu yang aktor utamanya adalah kamu Rizki Muafia.

DAFTAR ISI

Halaman

DAFTAR TABEL	iii
DAFTAR GAMBAR	iv
DAFTAR LAMPIRAN	v
I. PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang dan Masalah	1
1.2. Identifikasi Masalah	10
1.3 Batasan Masalah.....	10
1.4 Rumusan Masalah	10
1.5 Tujuan Penelitian.....	11
1.6 Manfaat Penelitian.....	11
II. TINJAUAN PUSTAKA	13
2.1 Pola Relasi Keluarga	13
2.1.1 Bentuk-Bentuk Pola Relasi Keluarga.....	14
2.1.2 Aspek-Aspek Pola Relasi Orang Tua dengan Anak.....	16
2.1.3 Prinsip-Prinsip Pola Relasi Orang Tua dengan Anak.....	25
2.2 Konsep Strategi <i>Coping</i>	26
2.2.1 Definisi Strategi <i>Coping</i>	26
2.2.2 Bentuk-Bentuk Strategi <i>Coping</i>	27
2.2.3 Faktor-Faktor Pemilihan Strategi <i>Coping</i>	32
2.2.4 Dinamika Psikologis Strategi <i>Coping</i>	33
III. METODOLOGI PENELITIAN	35
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian	35
3.2 Metode dan Desain Penelitian	35
3.3 Subjek Penelitian	36
3.4 Definisi Operasional	37
3.5 Teknik Pengumpulan Data	38
3.6 Uji Keabsahan Data.....	39
3.6.1 Uji Dapendabilitas (Realibilitas).....	39
3.6.2 Uji Kredibilitas.....	39
3.6.3 Uji konfirmabilitas	40

3.7 Teknik Analisis Data	40
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	42
4.1 Hasil Penelitian.....	42
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	42
4.1.2 Gambaran Umum Subjek Penelitian.....	42
4.1.3 Hasil Data.....	43
4.2 Pembahasan	72
V. PENUTUP	89
5.1 Kesimpulan	89
5.2 Saran.....	90
DAFTAR PUSTAKA.....	94
LAMPIRAN.....	97

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Tabel 4.1 Hasil <i>open Coding</i> SC 1	44
2. Tabel 4.2 Hasil <i>open Coding</i> SC 2	45
3. Tabel 4.3 Hasil <i>open Coding</i> SC 3	47
4. Tabel 4.4 Hasil <i>open Coding</i> SC 4	48
5. Tabel 4.5 Hasil <i>open Coding</i> SC 5	49
6. Tabel 4.6 Hasil <i>open Coding</i> SC 6	51
7. Tabel 4.7 Hasil <i>Axial Coding</i> dan <i>Selective Coding</i> SC 1	52
8. Tabel 4.8 Hasil <i>Axial Coding</i> dan <i>Selective Coding</i> SC 2.....	55
9. Tabel 4.9 Hasil <i>Axial Coding</i> dan <i>Selective Coding</i> SC 3.....	58
10. Tabel 4.10 Hasil <i>Axial Coding</i> dan <i>Selective Coding</i> SC 4.....	60
11. Tabel 4.11 Hasil <i>Axial Coding</i> dan <i>Selective Coding</i> SC 5.....	62
12. Tabel 4.12 Hasil <i>Axial Coding</i> dan <i>Selective Coding</i> SC 6.....	64

DAFTAR GAMBAR

Lampiran	Halaman
1. Grafik 4.1 Hasil Frekuensi Kode SC1	66
2. Grafik 4.2 Hasil Frekuensi Kode SC2	67
3. Grafik 4.3 Hasil Frekuensi Kode SC3	67
4. Grafik 4.4 Hasil Frekuensi Kode SC4	68
5. Grafik 4.5 Hasil Frekuensi Kode SC5	68
6. Grafik 4.6 Hasil Frekuensi Kode SC6	69
7. Grafik 4.7 Rangkuman Kategori Strategi <i>Coping</i> 6 Subjek.....	69
8. Grafik 4.8 Rangkuman Kategori Strategi <i>Coping</i>	71

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Pedoman Wawancara Penelitian	98
2. Pedoman Focus Group Discussion (<i>FGD</i>)	100
3. Transkrip Wawancara Penelitian.....	103
4. Transkrip Focus Group Discussion (<i>FGD</i>)	124
5. Dokumentasi <i>FGD</i> Instrumen Penelitian Dengan Responden.....	132
6. Dokumentasi <i>FGD</i> Dengan Responden	132
7. Pelaksanaan Wawancara Dengan Responden	133
8. Sertifikat Dan Piagam Responden	136
9. Surat Izin Penelitian	136
10. Surat Balasan Penelitian	138

I. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang dan Masalah

Siswa merupakan sekelompok individu yang sedang berada dalam fase perkembangan remaja, masa remaja merupakan periode kritis dalam perkembangan seorang individu yang ditandai dengan berbagai perubahan signifikan. Menurut Santrock (dalam Nabila, 2022) masa remaja ditandai dengan perkembangan fisik, kognitif, emosional, dan sosial yang pesat. Siswa yang berada dalam tahap perkembangan ini, menghadapi berbagai tantangan unik dalam proses pendidikan mereka.

Proses pendidikan menjadi hal penting bagi siswa untuk mencari pengalaman yang membentuk karakter, keterampilan, dan pengetahuan. (Tamrin et al., 2011) Prestasi merupakan bagian dari tolok ukur keberhasilan dalam proses pendidikan yang tidak hanya mencerminkan kecerdasan intelektual, namun juga kerja keras, motivasi, serta usaha dalam mengatasi tantangan yang dihadapi siswa selama proses belajar. (Kusumah, 2022) menyebutkan ada dua faktor yang mempengaruhi prestasi belajar, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi kemampuan intelektual, minat, bakat, sikap, motivasi berprestasi, konsep diri, dan sistem nilai. Sedangkan faktor eksternal meliputi lingkungan sekolah, lingkungan keluarga, dan lingkungan masyarakat. Prestasi yang tinggi seringkali merupakan hasil interaksi kompleks antara kedua faktor ini, di mana potensi internal siswa dibentuk dan diperkuat oleh lingkungan eksternal yang mendukung.

Faktor eksternal dalam prestasi belajar memegang peranan yang sangat penting dalam perkembangan akademik anak. Menurut Hasanah (dalam Ramdani et al., 2023) terdapat tiga lingkungan yang bertanggung jawab dalam mendidik anak yaitu lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat. Ketiga lingkungan

tersebut tidak bisa dipisahkan satu dengan yang lainnya. Namun, di antara ketiga faktor lingkungan tersebut, lingkungan keluarga adalah yang memiliki tanggung jawab utama dan pertama dalam pendidikan anak. Ini disebabkan oleh fakta bahwa keluarga merupakan lingkungan pertama dan paling intens yang dihadapi anak sejak lahir, membentuk karakter, nilai, dan kebiasaan belajar yang akan mempengaruhi perkembangan akademik mereka.

Keluarga sebagai unit sosial terkecil dalam masyarakat, menjadi lingkungan pertama bagi perkembangan kognitif, emosional, dan sosial anak. Menurut Bronfenbrenner's (1979) *Ecological Systems Theory*, keluarga merupakan bagian dari mikrosistem yang paling berpengaruh terhadap perkembangan anak (Rosa & Tudge, 2013). Teori ini menekankan bahwa interaksi anak dengan lingkungan terdekatnya, terutama keluarga, memiliki dampak langsung dan signifikan terhadap perkembangan mereka. Kehidupan siswa di rumah serta intensitas relasi dengan anggota keluarga terutama orang tua atau wali, mengambil peran penting dalam membentuk nilai-nilai, keyakinan, dan perilaku siswa. Menurut Bowlby (dalam Shazili et al., 2020) kualitas hubungan antara anak dan pengasuh utama memiliki dampak jangka panjang pada perkembangan sosial dan emosional anak.

Dalam konteks ini, pola relasi keluarga memainkan peran krusial dalam membentuk lingkungan belajar anak. Pola relasi ini tidak hanya mencakup interaksi antara orang tua dan anak, tetapi juga dinamika hubungan antar saudara dan anggota keluarga lainnya. Kualitas dan intensitas relasi ini dapat mempengaruhi motivasi belajar, dan kemampuan anak dalam menghadapi tantangan pendidikan. Pola relasi keluarga dapat didefinisikan sebagai cara anggota keluarga berinteraksi, berkomunikasi, dan berhubungan satu sama lain. Ini mencakup berbagai aspek seperti gaya komunikasi, pembagian peran dan tanggung jawab, serta cara keluarga menyelesaikan konflik dan memberikan dukungan.

Pola relasi dalam keluarga menjadi jembatan penting yang menghubungkan kehidupan siswa di rumah dan di sekolah. Dalam (Yoanita, 2022) Keluarga dengan pola relasi yang optimal dicirikan oleh komunikasi yang terbuka, dukungan emosional yang konsisten, dan keterlibatan aktif dalam kehidupan akademik anak. Pola relasi keluarga yang optimal merupakan faktor penting dalam keberhasilan perkembangan akademik anak. Keluarga yang memiliki pola relasi positif cenderung menciptakan lingkungan yang kondusif untuk belajar, di mana anak merasa aman, dihargai, dan didukung dalam upaya akademik mereka. Namun, realitas menunjukkan bahwa tidak semua keluarga mampu menyediakan lingkungan yang ideal bagi perkembangan akademik anak yang dapat berdampak negatif pada motivasi dan prestasi akademik mereka.

Berbagai faktor dapat mempengaruhi kemampuan keluarga dalam membangun pola relasi yang kurang optimal. Seperti yang dijelaskan menurut (Afni & Jumahir, 2020) Kesibukan pekerjaan dan tuntutan ekonomi sering kali mengharuskan orang tua bekerja dengan jam kerja yang panjang, sehingga waktu untuk berinteraksi dan mendampingi anak dalam belajar menjadi terbatas. Keterbatasan pengetahuan orang tua tentang materi pembelajaran anak juga dapat menjadi hambatan dalam memberikan bantuan akademik langsung. Selain itu, faktor-faktor seperti konflik keluarga, perceraian, atau ketidakhadiran salah satu orang tua dapat menciptakan dinamika relasi yang kompleks dan berpotensi mengganggu fokus akademik anak bahkan menyebabkan rasa stress akibat kurangnya dukungan sosial dari keluarga dengan pola relasi yang kurang optimal.

Namun menariknya, pengaruh pola relasi keluarga yang kurang optimal ini tidak selalu bersifat linear dengan hasil belajar siswa atau prestasi yang diraih siswa. Beberapa siswa, meskipun menghadapi tantangan dalam lingkungan keluarga mereka namun, mampu mempertahankan bahkan meningkatkan prestasi akademik mereka. Fenomena ini menunjukkan adanya strategi *coping* yang efektif yang dikembangkan oleh siswa-siswa tersebut sebagai respons terhadap tantangan dalam lingkungan keluarga mereka. Kemampuan siswa

untuk mengadaptasi dan mengembangkan strategi *coping* yang efektif ini tidak hanya membantu mereka mengatasi keterbatasan dalam pola relasi keluarga, tetapi juga dapat menjadi keterampilan berharga yang mendukung keberhasilan mereka di masa depan.

Strategi *coping* menjadi kunci dalam memahami bagaimana siswa mengelola stres dan tantangan yang muncul dari dinamika kehidupan mereka di sekolah dan di rumah. (Lazarus & Folkman, 1984) mendefinisikan *coping* sebagai "*constantly changing cognitive and behavioral efforts to manage specific external and/or internal demands that are appraised as taxing or exceeding the resources of the person*". Definisi ini menekankan bahwa *coping* adalah proses yang melibatkan upaya kognitif dan perilaku untuk mengelola tuntutan yang dinilai melebihi kapasitas individu. *coping* yang digunakan oleh setiap individu dapat bersifat konstruktif dan destruktif. *Coping* konstruktif adalah strategi atau mekanisme *coping* yang membantu individu mengatasi stres atau masalah secara sehat dan produktif. Sedangkan *coping* destruktif adalah strategi atau mekanisme *coping* yang cenderung merugikan individu, baik secara fisik, emosional, atau sosial. *Coping* destruktif seringkali memperburuk situasi atau menimbulkan dampak negatif jangka panjang.

Fenomena mengenai siswa berprestasi dengan pola relasi keluarga yang rendah dan tidak optimal menarik peneliti untuk mengkaji lebih dalam tentang strategi *coping* yang digunakan oleh para siswa tersebut untuk mencapai keberhasilan akademik. Kemampuan untuk tetap berprestasi dalam kondisi pola relasi keluarga yang kurang ideal ini tidak hanya mencerminkan kecerdasan akademik, tetapi juga kecerdasan emosional dan sosial yang tinggi. Siswa-siswa ini mampu mengelola stres dengan baik, memotivasi diri sendiri, dan mencari solusi kreatif atas masalah yang mereka hadapi. Fenomena menarik mengenai pola relasi yang kurang optimal ini terlihat di SMA Negeri 1 Sendang Agung, Lampung Tengah. Berdasarkan pengamatan awal dan penelitian pendahuluan yang dilakukan pada 19 Agustus 2024, dengan sejumlah siswa memberikan gambaran yang menarik tentang dinamika keluarga mereka.

Peneliti menemukan beragam dinamika pola relasi keluarga di kalangan siswa berprestasi di sekolah ini. Sekolah ini menjadi lokasi yang menarik untuk penelitian karena memiliki populasi siswa yang beragam, baik dari segi latar belakang keluarga maupun prestasi akademik. SMA Negeri 1 Sendang Agung telah dikenal sebagai salah satu sekolah unggulan di daerahnya, dengan sejumlah siswa yang berhasil meraih prestasi di berbagai bidang, mulai dari akademik hingga non-akademik. Prestasi ini dibuktikan dengan banyaknya piala dan piagam penghargaan yang dimiliki sekolah. Guru BK mencatat bahwa beberapa siswa konsisten menjadi juara kelas, memenangkan olimpiade di tingkat kabupaten dan provinsi. Di bidang nonakademik, sejumlah siswa telah meraih prestasi dalam kompetisi olahraga dan seni, serta menduduki posisi kepemimpinan dalam organisasi siswa. Keberhasilan ini menunjukkan potensi besar yang dimiliki oleh siswa di sekolah ini. Keberagaman latar belakang siswa dan tingginya tingkat prestasi yang dicapai membuat sekolah ini menjadi tempat yang ideal untuk mengeksplorasi hubungan antara pola relasi keluarga dan prestasi siswa.

Yang menarik, di antara siswa berprestasi ini, terdapat variasi dalam pola relasi keluarga mereka. Sebagian siswa menyatakan memiliki keluarga dengan komunikasi terbuka dan hangat, serta motivasi kuat dari keluarga dalam meraih prestasi. Orang tua mereka aktif terlibat dalam kegiatan sekolah, rutin menghadiri pertemuan wali murid, dan sering berdiskusi tentang perkembangan akademik mereka. Pola relasi yang suportif ini jelas memberikan mereka lebih banyak kesempatan untuk mengeksplorasi minat dan bakat, serta membangun kepercayaan diri dalam menghadapi tantangan akademik. Siswa-siswa ini umumnya menunjukkan konsistensi dalam mempertahankan prestasi tinggi dan aktif dalam berbagai kegiatan ekstrakurikuler.

Di sisi lain, terdapat sekelompok siswa berprestasi yang menghadapi tantangan dalam pola relasi keluarga mereka. Beberapa siswa tinggal hanya dengan salah satu orang tua, dengan kerabat, atau bahkan tinggal sendiri di kost. Mereka jarang mendapat bantuan dalam mengerjakan tugas sekolah, kurang mendapat

fasilitas yang memadai seperti laptop, kendaraan menuju sekolah, dan uang saku, jarang berdiskusi tentang perkembangan akademik dengan keluarga. Beberapa siswa mengungkapkan bahwa orang tua mereka jarang atau bahkan tidak pernah menghadiri acara sekolah seperti pembagian rapor atau pelantikan organisasi siswa. Beberapa siswa menyebutkan adanya komunikasi yang terbatas dengan orang tua mereka. Interaksi yang terjadi seringkali hanya berkisar pada hal-hal praktis seperti uang saku atau keperluan sekolah, sementara diskusi tentang masalah pribadi atau akademis jarang terjadi. Beberapa siswa bahkan mengungkapkan bahwa mereka hampir tidak pernah berdiskusi secara mendalam dengan orang tua mereka. Konflik antara orang tua juga menjadi masalah bagi sebagian siswa. Mereka menceritakan bagaimana pertengkaran orang tua menciptakan ketidaknyamanan situasi di rumah dan bahkan berdampak negatif pada konsentrasi belajar mereka. Ketidakhadiran orang tua, baik karena bekerja di luar kota atau luar negeri, juga menjadi isu yang dihadapi beberapa siswa. Mereka mengungkapkan perasaan kesepian dan kurangnya dukungan emosional akibat situasi ini.

Tuntutan akademik yang berlebihan dari orang tua, seperti orang tua yang mengharapkan anaknya dapat masuk kedalam deretan siswa *eligible*, menginginkan nilai raport anaknya stabil, serta ekspektasi orang tua yang ingin mengarahkan anaknya untuk masuk kejurusan berpeluang kerja besar dengan standar nilai yang tinggi. Menjadi keluhan beberapa siswa, banyak yang merasa stres akibat tuntutan prestasi yang tidak realistis ini, bahkan ada yang mengaku pernah berbohong tentang nilai mereka untuk menghindari kemarahan orang tua. Kurangnya dukungan emosional juga menjadi kata yang sering muncul, dengan banyak siswa merasa lebih nyaman mencurahkan isi hati kepada teman temanya daripada keluarga. Masalah ekonomi keluarga turut memengaruhi kehidupan beberapa siswa. Mereka mengungkapkan kekhawatiran tentang kemampuan keluarga untuk membiayai pendidikan mereka, dan beberapa bahkan harus bekerja paruh waktu untuk membantu keuangan keluarga seperti berjualan online, atau bekerja di pasar setiap hari libur. Perbedaan nilai dan ekspektasi antara siswa dan keluarga mereka juga menjadi sumber ketegangan.

Selanjutnya, peneliti juga melakukan wawancara awal dengan beberapa orang tua siswa sehingga memperoleh gambaran mengenai keterlibatan mereka terhadap pendidikan anak. Beberapa orang tua mengakui kurang memahami proses akademik anaknya karena kesibukan pekerjaan. Mereka mengungkapkan kesulitan dalam mengikuti perkembangan akademik anak, bahkan ada yang tidak mengetahui tingkatan kelas anaknya. Keterbatasan pengetahuan tentang materi pembelajaran juga menjadi hambatan bagi sebagian orang tua untuk terlibat aktif dalam proses belajar anak. Sebagai contoh konkret, seorang ibu yang bekerja di luar negeri menyatakan, "saya tidak pernah bisa mendampingi anak karena jarak yang jauh. Bahkan untuk pembagian rapor, saya tidak pernah hadir. Ayahnya juga jarang punya waktu untuk urusan sekolah. Kami hanya bisa memberikan fasilitas terbaik untuk anak". Pernyataan ini mencerminkan realitas yang dihadapi banyak keluarga, di mana tuntutan pekerjaan dan kondisi ekonomi sering kali menghalangi orang tua untuk terlibat secara optimal dalam pendidikan anak mereka.

Temuan-temuan ini menggambarkan kompleksitas pola relasi keluarga yang dihadapi oleh siswa SMA Negeri 1 Sendang Agung. Meskipun setiap siswa memiliki pengalaman yang unik, pola-pola ini menunjukkan adanya tantangan signifikan dalam konteks keluarga yang dapat memengaruhi kehidupan akademik dan personal mereka. Hasil penelitian pendahuluan ini memberikan landasan yang kuat untuk penelitian lebih lanjut mengenai strategi *coping* yang digunakan oleh siswa berprestasi dalam menghadapi situasi pola relasi keluarga yang kurang optimal, serta strategi apa yang mereka gunakan untuk tetap mempertahankan prestasi. Selain perbedaan dalam latar belakang keluarga, penelitian ini juga perlu mempertimbangkan aspek gender dalam menganalisis strategi *coping* siswa pada pola relasi keluarga yang tidak optimal. Studi terbaru yang dilakukan oleh (Matud & Bethencourt 2020) menunjukkan adanya perbedaan pola *coping* antara laki-laki dan perempuan. Hasil penelitian mereka mengungkapkan bahwa perempuan cenderung menggunakan strategi *Emotion-focused coping* seperti mencari dukungan sosial dan mengekspresikan emosi, sedangkan laki-laki lebih banyak

menggunakan *Problem-focused coping* yang berorientasi pada tindakan untuk menyelesaikan masalah secara langsung.

Penelitian terdahulu mengenai *coping mechanism* pada siswa berprestasi dengan pola relasi keluarga telah dilakukan oleh beberapa peneliti di Indonesia. Salah satu penelitian yang signifikan dilakukan dalam penelitian (Pratiwi, 2018) yang berjudul " Hubungan Dukungan Orang Tua Dengan Prestasi Belajar Siswa Sltp Negeri 6 Yogyakarta". Penelitian ini menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara dukungan orang tua dengan prestasi belajar siswa kelas VIII di SLTP Negeri 6 Yogyakarta. Perbedaan dengan penelitian ini adalah fokus pada hubungan langsung antara dukungan orang tua dan prestasi belajar, tanpa mempertimbangkan mekanisme *coping* siswa. Relevansinya terhadap penelitian ini adalah penelitian ini menegaskan pentingnya dukungan orang tua dalam prestasi akademik, yang mendukung fokus pada siswa berprestasi dalam konteks relasi keluarga.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh (Fauziah et al., 2015) yang berjudul "Hubungan Penggunaan Strategi *Coping* Dengan Prestasi Akademik Pada Siswa Kelas XI SMA". Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara penggunaan strategi *coping* dengan prestasi akademik. (Fauziah et al., 2015) menyatakan, siswa yang memiliki strategi *coping* tinggi, mereka memiliki tingkat depresi yang relatif rendah. Mereka tidak mudah untuk cemas, gelisah, dan panik saat menghadapi masalah. Sehingga mereka lebih tenang saat menghadapi masalah dan cenderung mampu menyelesaikan tugas sekolah dengan baik. Perbedaan dengan penelitian ini adalah, penelitian (Fauziah et al., 2015) ini hanya berfokus pada hubungan antara strategi *coping* dengan prestasi akademik secara umum, tanpa mempertimbangkan aspek relasi keluarga. Relevansinya terhadap penelitian ini adalah mendukung gagasan bahwa strategi *coping* memiliki dampak signifikan terhadap prestasi akademik, yang relevan dengan fokus penelitian pada siswa berprestasi dengan dukungan terbatas.

Serta Penelitian lain yang relevan dilakukan oleh (Ningsih et al., 2019) dengan judul "Hubungan Komunikasi Keluarga dengan Kecenderungan Penggunaan Strategi *Coping* pada Siswa". (Ningsih et al., 2019) menyimpulkan, terdapat hubungan positif yang signifikan antara komunikasi keluarga dan kecenderungan penggunaan strategi *coping*. Semakin tinggi komunikasi keluarga konsensual maka tingkat kecenderungan penggunaan strategi *coping* berfokus pada masalah semakin tinggi begitu juga sebaliknya, semakin rendah komunikasi keluarga konsensual maka kecenderungan penggunaan strategi *coping* berfokus pada masalah semakin rendah. Perbedaan dengan penelitian ini adalah, menekankan pada aspek yang diteliti bukan hanya dari segi komunikasi keluarga namun mencakup beberapa aspek lain yang ada pada relasi keluarga. Relevansinya terhadap penelitian ini adalah menunjukkan pentingnya faktor keluarga dalam pengembangan strategi *coping*, yang relevan dengan konteks penelitian ini.

Sebagai mahasiswa dan calon guru bimbingan dan konseling, memahami strategi *coping* yang digunakan oleh siswa yang menghadapi tantangan dalam pola relasi keluarga akan memperkaya pemahaman teoritis dan praktis dalam bidang bimbingan konseling pribadi-sosial. Bidang ini menjadi fokus utama karena berkaitan langsung dengan pengembangan kemampuan siswa dalam mengelola emosi, membangun hubungan interpersonal yang sehat, dan mengembangkan keterampilan adaptasi terhadap perubahan lingkungan keluarga. Sehingga di situasi yang serupa nantinya, calon guru bimbingan dan konseling dapat mengambil pembelajaran dari kasus-kasus yang pernah diteliti untuk membantu siswa mengembangkan kematangan pribadi dan keterampilan sosial yang optimal.

Pengalaman mengkaji fenomena ini dapat menjadi bekal berharga bagi peneliti untuk menjadi konselor yang kompeten dalam layanan responsif bidang pribadi-sosial, khususnya dalam menangani siswa yang mengalami konflik keluarga dan dampaknya terhadap perkembangan kepribadian. Guru bimbingan dan konseling memiliki peran strategis dalam membantu siswa mengembangkan keterampilan *coping* yang konstruktif, membangun resiliensi

emosional, dan meningkatkan kemampuan penyesuaian diri dalam menghadapi dinamika keluarga yang kompleks. Pemahaman mendalam mengenai strategi *coping* siswa akan memungkinkan guru bimbingan dan konseling untuk merancang program layanan dasar dan responsif yang tepat sasaran, seperti pengembangan kemampuan regulasi emosi, peningkatan keterampilan komunikasi dengan keluarga, dan penguatan dukungan sistem keluarga melalui konseling keluarga atau kolaborasi dengan orang tua. Berdasarkan uraian fenomena di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Strategi *coping* siswa berprestasi dalam pola relasi keluarga yang tidak optimal di SMAN 1 Sendang Agung”**.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pembahasan pada latar belakang masalah di atas, maka peneliti dapat mengidentifikasi masalah penelitian sebagai berikut:

1. Terdapat kurangnya komunikasi orang tua dengan anak terutama mengenai masalah pribadi dan akademis anak.
2. Terdapat konflik di rumah yang dapat mengganggu proses belajar siswa
3. Terdapat orang tua yang tidak memberi waktu berkualitas dengan anak.

1.3 Batasan Masalah

Mengingat luasnya ruang lingkup permasalahan dalam penelitian ini, maka permasalahan dalam penelitian ini dibatasi hanya mengkaji tentang strategi *coping* yang dikembangkan siswa berprestasi dalam menghadapi pola relasi keluarga yang kurang optimal pada siswa di SMAN 1 Sendang Agung.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah yang telah diuraikan di atas, dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu:

Apa strategi *coping* yang digunakan oleh siswa berprestasi di SMA Negeri 1 Sendang Agung dalam menghadapi pola relasi keluarga yang tidak optimal?

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam apa strategi *coping* yang digunakan oleh siswa berprestasi dalam kondisi pola relasi keluarga yang tidak optimal.

1.6 Manfaat Penelitian

Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan yang berarti bagi ilmu pengetahuan khususnya bidang ilmu bimbingan dan konseling, terutama yang berkaitan dengan bidang pribadi, sosial, dan belajar siswa. Yang terfokus pada strategi *coping* yang dilakukan oleh siswa berprestasi dalam konteks pola relasi keluarga.

Secara Praktis:

- a. Bagi peneliti, yaitu untuk mengkaji lebih dalam strategi *coping* siswa berprestasi dengan pola relasi keluarga, memberikan pengalaman praktik mengenai ilmu BK secara langsung, mengembangkan keterampilan penelitian yang penting untuk pengembangan profesi di masa depan, mempersiapkan diri sebagai konselor sekolah yang harus mampu memahami dan membantu siswa dengan berbagai latar belakang keluarga dan tantangan siswa.
- b. Bagi siswa, memberikan wawasan tentang berbagai strategi *coping* yang efektif, yang dapat diadopsi oleh siswa lain yang menghadapi situasi serupa serta pentingnya pengembangan keterampilan *coping* untuk mengatasi tantangan dan masalah kehidupan.
- c. Bagi guru, membantu dalam mengidentifikasi siswa yang memerlukan dukungan tambahan karena pola relasi keluarga yang rendah dan tidak optimal, serta memberikan informasi untuk merancang program bimbingan dan konseling yang lebih efektif bagi siswa dengan pola relasi keluarga yang rendah.
- d. Bagi orang tua, meningkatkan kesadaran tentang pentingnya pola relasi keluarga yang optimal dalam keberhasilan akademik anak.
- e. Bagi peneliti lanjutan, penelitian ini dapat menjadi dasar untuk penelitian lebih lanjut mengenai strategi *coping* siswa di berbagai konteks, bagi

peneliti lain dapat mengembangkan penelitian yang lebih mendalam mengenai keberhasilan akademik siswa dari latar belakang pola relasi yang berbeda.

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Pola Relasi Keluarga

Relasi dalam KBBI berarti hubungan, pertalian dan perhubungan. Relasi keluarga dapat diartikan sebagai hubungan yang terjadi dalam lingkup keluarga. Menurut (Lestari 2012) dalam bukunya yang berjudul Psikologi Keluarga, keluarga biasanya terbentuk ketika dua individu dewasa yang berbeda gender memutuskan untuk menikah. Awalnya, hubungan yang terjalin hanya sebatas antara suami dan istri. Namun, ketika buah hati pertama hadir, terbentuk pola hubungan baru yaitu antara orang tua dengan anaknya. Kemudian, saat anak kedua dan seterusnya lahir, muncul dinamika hubungan antar saudara kandung. Ketiga bentuk hubungan ini merupakan fondasi utama dalam struktur keluarga inti. Sementara dalam konteks keluarga besar atau *extended family*, jaringan hubungan menjadi lebih kompleks dan beragam. Mulai dari hubungan antara kakek atau nenek dengan cucunya, hubungan antara mertua dengan menantunya, hubungan dengan saudara ipar, hingga hubungan antara paman atau bibi dengan keponakannya. Setiap bentuk hubungan dalam keluarga ini memiliki ciri khas dan keunikan tersendiri yang membedakannya satu sama lain. Menurut Hinde (dalam Maryam, 2017) Setiap relasi orang tua dengan anak bersifat unik yang melibatkan dua pihak, dan karenanya tidak dapat ditirukan dengan orang tua atau dengan anak yang lain. Relasi orang tua dengan anak bersifat kekal, masing-masing membangun harapan yang dikembangkan dalam hubungan keduanya.

Kualitas relasi keluarga yang positif akan memberikan dampak yang baik terhadap perkembangan seseorang, terutama dalam hal kemampuan menyesuaikan diri dengan lingkungan. Di sisi lain, jika kualitas hubungan yang terjalin buruk, maka dapat menimbulkan kesulitan dalam penyesuaian diri atau *maladjustment* pada individu tersebut.

2.1.1 Bentuk-Bentuk Pola Relasi Keluarga

Pola relasi dalam keluarga menjadi fondasi penting yang menentukan kualitas kehidupan setiap anggota keluarga. Memahami berbagai bentuk pola relasi keluarga sangat penting untuk menciptakan dinamika keluarga yang sehat dan harmonis. Hal ini menjadi perhatian para ahli psikologi keluarga dalam mengkaji dan menjelaskan berbagai bentuk relasi yang terjadi dalam sebuah keluarga. Dalam bukunya yang berjudul Psikologi Keluarga, Sri Lestari menjelaskan tentang berbagai bentuk pola relasi yang terjadi dalam keluarga:

a. Relasi Pasangan Suami dengan Istri

Relasi Interdependensi: Hubungan saling ketergantungan antara suami-istri yang ditandai dengan adanya kebutuhan untuk saling melengkapi dan mendukung. Pasangan saling memenuhi kebutuhan fisik, emosional, dan sosial satu sama lain. Misalnya, istri mendukung karir suami sementara suami memberikan rasa aman dan perlindungan. Selanjutnya relasi ikatan emosional yang kuat antara suami-istri yang mencakup kasih sayang, kepercayaan, dan pemahaman mendalam. Pasangan berbagi perasaan, pengalaman, dan mampu menunjukkan empati satu sama lain. Mereka dapat saling memahami suasana hati dan kebutuhan emosional pasangan. Relasi Berkomitmen adalah kesepakatan jangka panjang yang didukung legalitas pernikahan. Pasangan berkomitmen untuk setia, saling menjaga, dan mempertahankan hubungan dalam berbagai situasi. Komitmen ini mencakup aspek legal, moral, dan personal. Relasi tanggung jawab mencakup pembagian peran dan tanggung jawab dalam rumah tangga. Pasangan saling memikul tanggung jawab untuk kesejahteraan keluarga, termasuk pengambilan keputusan, pengelolaan keuangan, dan pengasuhan anak. Relasi keintiman meliputi kedekatan fisik dan emosional, termasuk aktivitas seksual yang sehat. Pasangan membangun intimasi melalui komunikasi terbuka, sentuhan fisik, dan berbagi waktu berkualitas bersama.

b. Relasi Orang tua-Anak

Relasi Pengasuhan: Mencakup cara orang tua merawat, mendidik, dan membimbing anak. Termasuk pemenuhan kebutuhan fisik, pemberian

kasih sayang, dan pendidikan nilai-nilai kehidupan. Pengasuhan yang efektif mempertimbangkan tahap perkembangan anak dan kebutuhan individualnya. Aspek kelekatan ikatan emosional antara orang tua dan anak yang terbentuk sejak dini. Kelekatan yang aman ditandai dengan responsivitas orang tua terhadap kebutuhan anak, konsistensi dalam pengasuhan, dan kemampuan memberikan rasa aman. Sosialisasi nilai proses mentransfer nilai, norma, dan keyakinan dari orang tua kepada anak. Orang tua berperan sebagai model dan mentor dalam mengajarkan nilai-nilai moral, agama, dan sosial budaya. Kontrol dan Pemantauan pengawasan orang tua terhadap aktivitas dan perkembangan anak. Mencakup penetapan batasan, aturan, dan konsekuensi yang jelas serta pemantauan perilaku anak secara konsisten. Komunikasi pertukaran informasi dan perasaan antara orang tua dan anak. Komunikasi efektif ditandai dengan keterbukaan, kehangatan, dan kemampuan mendengarkan aktif.

c. Relasi Antar Saudara (*Sibling*)

Persaingan/Kecemburuan, dinamika kompetisi antarsaudara dalam mendapatkan perhatian dan kasih sayang orang tua. Termasuk perasaan cemburu dan upaya menunjukkan superioritas. Kehangatan/Kedekatan, ikatan positif antarsaudara yang ditandai dengan kasih sayang, dukungan, dan kepedulian. Saudara saling berbagi pengalaman, bermain bersama, dan saling membantu. Konflik, pertentangan yang terjadi antarsaudara karena perbedaan kepentingan atau persaingan. Termasuk cara mengelola konflik dan pembelajaran sosial yang didapat dari konflik. Status/Kekuasaan, dinamika hierarki antarsaudara berdasarkan usia atau peran dalam keluarga. Kakak memiliki tanggung jawab terhadap adik dan adik menghormati kakak.

d. Relasi dengan Keluarga Besar

Hubungan dengan Kerabat Suami, interaksi dan hubungan dengan keluarga besar dari pihak suami. Mencakup komunikasi, kunjungan, dan partisipasi dalam acara keluarga. Hubungan dengan Kerabat Istri, interaksi dan hubungan dengan keluarga besar dari pihak istri. Termasuk

membangun hubungan baik dan mengelola ekspektasi kedua belah pihak. Keterlibatan dalam Acara Keluarga: Partisipasi dalam berbagai kegiatan keluarga besar seperti pertemuan keluarga, perayaan, dan tradisi keluarga. Dukungan Sosial: Bantuan dan dukungan yang diberikan oleh keluarga besar dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dukungan emosional, finansial, dan praktis. Semua bentuk relasi ini saling terkait dan mempengaruhi kualitas kehidupan keluarga secara keseluruhan. Keberhasilan dalam mengelola berbagai relasi ini akan menciptakan keluarga yang harmonis dan mendukung perkembangan optimal setiap anggotanya.

2.1.2 Aspek-Aspek Pola Relasi Orang Tua dengan Anak

Kualitas hubungan antara orang tua dan anak dapat dilihat dari beberapa aspek yang saling berkaitan. Aspek-aspek tersebut meliputi seberapa hangat interaksi mereka, bagaimana rasa aman yang tercipta, tingkat kepercayaan yang terbangun, perasaan positif yang muncul, serta bagaimana orang tua menanggapi kebutuhan anaknya (Fan & Chen, 1999).

Menurut (Lestari, 2012) relasi antara anak dan orang tua terbagi menjadi beberapa aspek antara lain; 1) Pengasuhan (*parenting*) Pengasuhan adalah proses di mana orang tua memberikan perhatian, kasih sayang, dan bimbingan kepada anak mereka. Tipe pengasuhan dapat bervariasi, mulai dari otoriter, permisif, hingga otoritatif. Pengasuhan yang baik mencakup pemberian dukungan emosional, pengajaran norma-norma sosial, serta pengembangan keterampilan hidup. 2) Kelekatan (*attachment*), kelekatan adalah ikatan emosional yang kuat antara anak dan pengasuh utamanya, biasanya orang tua. Konsep ini merujuk pada hubungan yang mendalam dan berkelanjutan yang mempengaruhi perkembangan psikologis anak. Kualitas kelekatan pada masa awal kehidupan akan membentuk pola hubungan interpersonal dan kemampuan regulasi emosi anak di masa mendatang. 3) Sosialisasi (nilai, keyakinan, sikap dan tujuan), melalui sosialisasi, orang tua secara sistematis memperkenalkan norma-norma sosial, budaya, dan moral kepada anak-anak mereka, membantu mereka memahami cara berinteraksi dalam masyarakat,

anak belajar bagaimana berperilaku dalam berbagai situasi, memahami peran sosial mereka, dan mengembangkan identitas diri. 4) Kontrol dan pemantauan orang tua, mencakup pengawasan terhadap perilaku dan aktivitas anak. Ini meliputi pengaturan batasan, pengawasan terhadap teman-teman, serta keterlibatan dalam aktivitas sehari-hari anak. Kontrol yang berlebihan dapat menyebabkan pemberontakan atau masalah perilaku, sementara kontrol yang kurang dapat membuat anak merasa tidak aman. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk menemukan keseimbangan dalam memberikan kontrol yang cukup untuk menjaga keselamatan dan perkembangan anak, tanpa mengurangi otonomi mereka. 5) Terakhir adalah komunikasi, melalui komunikasi, orang tua dapat mengekspresikan kasih sayang, memberikan nasihat, serta mendengarkan keluhan dan aspirasi anak. Komunikasi yang terbuka dan jujur dapat memperkuat kelekatan emosional dan membantu anak merasa dihargai. Sebaliknya, komunikasi yang buruk dapat menyebabkan kesalahpahaman, konflik, dan jarak emosional. Oleh karena itu, orang tua perlu mengembangkan keterampilan komunikasi yang baik untuk mendukung perkembangan anak.

Relasi antara orang tua dan anak merupakan fondasi penting dalam perkembangan individu, dan teori kelekatan yang dikemukakan oleh John Bowlby memberikan kerangka untuk memahami dinamika ini. Carter (dalam Sa'diyah & Rahmasari, 2020) merujuk pada beberapa aspek relasi orang tua-anak yang berfokus pada kelekatan, yaitu; 1) Saling percaya, ketika anak merasa bahwa orang tua mereka dapat diandalkan, mereka lebih cenderung untuk mengungkapkan perasaan, kebutuhan, dan kekhawatiran mereka. Saling percaya juga berkontribusi pada perkembangan kelekatan yang aman, di mana anak merasa nyaman untuk menjelajahi dunia di luar lingkungan rumah mereka, mengetahui bahwa mereka memiliki dukungan yang solid di belakang mereka. 2) Kualitas komunikasi, komunikasi yang terbuka dan jujur memungkinkan anak untuk mengekspresikan diri mereka dengan bebas dan merasa didengar. Orang tua yang mampu mendengarkan dengan empati dan memberikan umpan balik yang konstruktif dapat membantu anak dalam memahami dan mengelola emosi mereka. Sebaliknya, komunikasi yang

buruk atau tidak efektif dapat menyebabkan kesalahpahaman, konflik, dan bahkan perasaan terasing di antara anak dan orang tua. 3) *alienation* (perasaan terasing), sebuah kondisi terputusnya ikatan emosional antara orang tua dan anak. Alienasi dapat muncul akibat berbagai faktor seperti perbedaan generasi, konflik berkepanjangan, minimnya komunikasi, serta tekanan sosial dan ekonomi. Kondisi ini ditandai dengan berkurangnya keterhubungan emosional, minimnya interaksi bermakna, dan munculnya perasaan terasing atau tidak dipahami.

Relasi antara orang tua dan anak pada penelitian studi kasus yang dilakukan (Argadita, 2019) mencakup; 1) Komunikasi orang tua-anak, menekankan bahwa komunikasi yang baik tidak hanya melibatkan berbicara, tetapi juga mendengarkan dengan empati. Ketika orang tua aktif mendengarkan anak, hal ini dapat meningkatkan rasa percaya diri dan keamanan emosional anak, serta mengurangi kemungkinan terjadinya konflik. 2) Pemantauan, menunjukkan bahwa pemantauan yang efektif bukan berarti pengawasan yang ketat, tetapi lebih kepada keterlibatan orang tua dalam kehidupan sehari-hari anak. Dengan melakukan pemantauan yang baik, orang tua dapat memberikan bimbingan yang diperlukan, serta membantu anak dalam membuat keputusan yang tepat. Pemantauan yang seimbang dapat meningkatkan rasa tanggung jawab dan disiplin pada anak. 3) Dukungan, dukungan yang diberikan oleh orang tua dapat berupa dorongan, pujian, dan pengakuan terhadap pencapaian anak. Dukungan ini tidak hanya membantu anak dalam menghadapi tantangan, tetapi juga berkontribusi pada perkembangan harga diri dan kepercayaan diri mereka. Ketika anak merasa didukung, mereka lebih cenderung untuk mengambil risiko yang sehat dan mengeksplorasi potensi diri mereka. 4) dan kontrol orang tua, pentingnya kontrol yang seimbang, di mana orang tua memberikan arahan yang jelas tanpa menjadi otoriter. Kontrol yang baik melibatkan penjelasan mengenai alasan di balik aturan yang dibuat, sehingga anak dapat memahami dan menerima batasan tersebut. Kontrol yang berlebihan dapat menyebabkan pemberontakan, sementara kontrol yang terlalu longgar dapat mengakibatkan kurangnya disiplin dan tanggung jawab pada anak.

(Sa'diyah & Rahmasari, 2020) menyebutkan relasi orang tua dengan anak mencakup aspek-aspek diantaranya yaitu kontrol dan pemantauan, dukungan dan keterlibatan, komunikasi, serta kedekatan dan keterhubungan:

a. Kontrol dan pemantauan

Aspek kontrol dan pemantauan dalam pola relasi keluarga merupakan komponen penting yang mempengaruhi perkembangan akademik dan perilaku belajar siswa. Kontrol orang tua dalam konteks akademik mencakup penetapan aturan, batasan, dan ekspektasi yang jelas mengenai kegiatan belajar, penggunaan waktu, dan pencapaian akademik. Pemantauan yang efektif melibatkan pengawasan terhadap aktivitas belajar anak, kemajuan akademik, dan perilaku yang terkait dengan sekolah. Ketika diterapkan secara tepat, kontrol dan pemantauan dapat membantu menciptakan struktur dan disiplin yang mendukung keberhasilan akademik, sambil tetap memberikan ruang bagi anak untuk mengembangkan kemandirian dalam belajar.

Dalam praktiknya, kontrol dan pemantauan orang tua dapat diwujudkan melalui berbagai strategi, seperti menetapkan jadwal belajar yang konsisten, mengawasi pengerjaan tugas sekolah, memantau nilai dan laporan kemajuan akademik, serta menindaklanjuti masalah akademik yang muncul. Penting untuk dicatat bahwa tingkat kontrol dan pemantauan harus disesuaikan dengan usia dan tingkat perkembangan anak. Kontrol yang terlalu ketat dapat menghambat perkembangan kemandirian dan inisiatif anak, sementara pemantauan yang terlalu longgar dapat mengakibatkan kurangnya struktur dan dukungan yang dibutuhkan untuk sukses akademik. Keseimbangan yang tepat antara kontrol dan otonomi menjadi kunci dalam mendukung perkembangan akademik yang optimal. Siswa yang orang tuanya menerapkan sistem pemantauan yang konsisten cenderung menunjukkan kedisiplinan belajar yang lebih baik, memiliki manajemen waktu yang lebih efektif, dan mencapai hasil belajar yang lebih tinggi. Pemantauan yang efektif juga membantu orang tua mengidentifikasi kesulitan belajar atau masalah

akademik sejak dini, memungkinkan intervensi yang tepat waktu untuk mendukung keberhasilan akademik anak. Selain itu, kontrol dan pemantauan yang tepat dapat membantu mencegah perilaku negatif yang dapat mengganggu proses belajar, seperti prokrastinasi atau penggunaan waktu yang tidak efektif.

Aspek penting lainnya dari kontrol dan pemantauan adalah kemampuannya dalam membangun rasa tanggung jawab dan akuntabilitas dalam diri siswa. Ketika anak memahami bahwa orang tua mereka memperhatikan dan peduli terhadap kemajuan akademik mereka, mereka cenderung mengembangkan motivasi internal yang lebih kuat untuk mencapai prestasi akademik. Kontrol dan pemantauan yang efektif juga membantu anak mengembangkan keterampilan *self-regulation* yang penting untuk kesuksesan akademik jangka panjang. Namun, penting untuk diingat bahwa tujuan akhir dari kontrol dan pemantauan adalah membantu anak mengembangkan kemampuan untuk mengatur dan memantau pembelajaran mereka sendiri secara mandiri.

Lebih jauh lagi, kontrol dan pemantauan dalam konteks akademik juga berperan dalam membangun komunikasi yang efektif antara rumah dan sekolah. Orang tua yang aktif memantau perkembangan akademik anak mereka cenderung lebih terlibat dalam komunikasi dengan guru dan pihak sekolah, menciptakan sistem dukungan yang komprehensif bagi pembelajaran anak. Hal ini memungkinkan koordinasi yang lebih baik antara upaya pendidikan di rumah dan di sekolah, serta memastikan bahwa anak mendapatkan dukungan yang konsisten dan terarah dalam mencapai tujuan akademik mereka.

b. Dukungan dan Keterlibatan

Pola relasi keluarga, khususnya dalam aspek dukungan dan keterlibatan, memainkan peran krusial dalam perkembangan akademik siswa. Dukungan orang tua yang meliputi pemberian perhatian, empati, dan dorongan positif secara konsisten terbukti memiliki dampak signifikan

terhadap motivasi belajar dan pencapaian akademik anak. Ketika orang tua menunjukkan minat yang tulus terhadap kegiatan pembelajaran anak, memberikan pujian atas usaha dan pencapaiannya, serta menyediakan sumber daya yang dibutuhkan untuk belajar, anak cenderung mengembangkan sikap positif terhadap pendidikan dan memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi dalam menghadapi tantangan akademik.

Keterlibatan orang tua dalam pendidikan anak dapat diwujudkan dalam berbagai bentuk, seperti membantu mengerjakan pekerjaan rumah, berkomunikasi aktif dengan guru, menghadiri pertemuan sekolah, dan menciptakan lingkungan belajar yang kondusif di rumah. Penelitian menunjukkan bahwa siswa yang orang tuanya terlibat aktif dalam proses pendidikan mereka cenderung menunjukkan performa akademik yang lebih baik, memiliki tingkat kehadiran yang lebih tinggi di sekolah, dan menunjukkan perilaku positif dalam pembelajaran. Keterlibatan ini juga membantu orang tua memahami kesulitan belajar yang dihadapi anak dan dapat memberikan bantuan yang tepat sasaran. Selain itu, keterlibatan orang tua juga membantu membangun komunikasi yang efektif antara rumah dan sekolah, menciptakan sistem dukungan yang komprehensif bagi perkembangan akademik anak.

Pola relasi yang positif antara orang tua dan anak dalam konteks akademik juga berkontribusi pada pembentukan kebiasaan belajar yang baik dan pengembangan keterampilan manajemen waktu. Orang tua yang secara aktif terlibat dalam pendidikan anak dapat membantu menanamkan nilai-nilai penting seperti tanggung jawab, ketekunan, dan pentingnya pendidikan sejak dini. Hal ini tidak hanya berdampak pada prestasi akademik jangka pendek, tetapi juga membangun fondasi yang kuat untuk kesuksesan akademik jangka panjang. Lebih dari itu, dukungan dan keterlibatan orang tua juga membantu anak mengembangkan resiliensi akademik kemampuan untuk bangkit dari kegagalan dan tetap termotivasi dalam menghadapi tantangan pembelajaran.

Dalam konteks hasil belajar, pengaruh dukungan dan keterlibatan orang tua dapat terlihat dari berbagai indikator seperti nilai akademik, kemampuan pemecahan masalah, dan sikap terhadap pembelajaran. Siswa yang mendapatkan dukungan dan keterlibatan yang memadai dari orang tua cenderung menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam mengelola stres akademik, memiliki motivasi intrinsik yang lebih kuat, dan menunjukkan ketekunan yang lebih tinggi dalam mencapai tujuan akademik mereka. Hal ini menunjukkan bahwa pola relasi keluarga yang positif, terutama dalam aspek dukungan dan keterlibatan, merupakan faktor penting dalam membentuk lingkungan belajar yang optimal dan mendukung keberhasilan akademik siswa secara menyeluruh.

c. Komunikasi

Dalam konteks ini pola relasi antara anak dan orang tua dapat ditelaah dengan menganalisis pola komunikasi di dalam keluarga. Menurut (Yoanita, 2022) Pola komunikasi keluarga berfokus pada komunikasi orang tua dan anak yang berkaitan dengan pembentukan realitas sosial bersama. Dengan mengetahui pola komunikasi sebuah keluarga, dapat dilakukan identifikasi proses dasar untuk mencapai kesepakatan bersama dalam keluarga. Setiap keluarga memiliki pola komunikasi yang unik, yang terbentuk dari berbagai faktor seperti latar belakang budaya, pendidikan, pengalaman hidup, dan nilai-nilai yang dianut. Pola-pola ini seringkali terbentuk secara tidak sadar dan diturunkan dari generasi ke generasi, membentuk suatu tradisi komunikasi dalam keluarga. Pola komunikasi dalam keluarga terbagi menjadi dua orientasi, yaitu *conformity orientation* dan *conversation orientation* Graham (dalam Yoanita, 2022). *Conformity orientation* dan *conversation orientation* adalah dua dimensi penting dalam komunikasi keluarga yang diidentifikasi oleh Graham (2009). *Conformity orientation* merujuk pada sejauh mana keluarga menekankan keseragaman sikap, nilai, dan keyakinan di antara anggotanya. Dalam keluarga dengan *conformity*

orientation yang tinggi, orang tua cenderung membuat keputusan untuk anak-anak mereka dan mengharapkan kepatuhan terhadap otoritas orang tua. Mereka menekankan pentingnya menjaga harmoni dan menghindari konflik, serta mendorong anak-anak untuk mengikuti norma-norma keluarga yang telah ditetapkan. Sebaliknya, keluarga dengan *conformity orientation* yang rendah lebih menghargai keunikan individu dan mendorong anggota keluarga untuk mengembangkan pendapat dan nilai-nilai mereka sendiri. Mereka cenderung lebih fleksibel dalam aturan dan harapan, serta lebih terbuka terhadap perbedaan pandangan di antara anggota keluarga. Di sisi lain, *conversation orientation* mengacu pada sejauh mana keluarga menciptakan suasana yang mendorong partisipasi bebas dalam diskusi tentang berbagai topik.

Keluarga dengan *conversation orientation* yang tinggi menghargai komunikasi terbuka dan sering melibatkan semua anggota keluarga dalam percakapan dan pengambilan keputusan. Mereka mendorong anak-anak untuk mengekspresikan pendapat mereka, mengajukan pertanyaan, dan terlibat dalam diskusi tentang berbagai masalah, termasuk topik-topik yang mungkin dianggap sensitif atau kontroversial. Lingkungan seperti ini membantu mengembangkan keterampilan komunikasi dan pemikiran kritis anak-anak. Sebaliknya, keluarga dengan *conversation orientation* yang rendah cenderung memiliki interaksi yang lebih terbatas dan kurang terbuka. Mereka mungkin menghindari diskusi tentang topik-topik tertentu atau membatasi keterlibatan anak-anak dalam percakapan keluarga. Pendekatan ini dapat menghasilkan komunikasi yang lebih hierarkis dan kurang interaktif dalam keluarga.

d. Kedekatan dan Keterhubungan

Aspek kedekatan dan keterhubungan dalam pola relasi keluarga memiliki peran fundamental dalam membentuk perkembangan akademik dan psikologis siswa. Kedekatan emosional antara orang tua dan anak menciptakan rasa aman dan nyaman yang menjadi landasan penting bagi anak untuk mengeksplorasi dunia akademiknya. Ketika anak merasa

terhubung secara emosional dengan orang tua, mereka cenderung lebih terbuka dalam mengkomunikasikan kesulitan belajar, kekhawatiran akademik, dan aspirasi pendidikan mereka. Hubungan yang dekat ini memungkinkan orang tua untuk lebih memahami kebutuhan spesifik anak dalam pembelajaran dan memberikan dukungan yang tepat sesuai dengan karakteristik individual anak.

Keterhubungan dalam konteks relasi keluarga juga mencakup aspek komunikasi yang efektif dan bermakna antara orang tua dan anak. Dialog yang terbuka dan reguler tentang pengalaman sekolah, tantangan akademik, dan pencapaian pembelajaran membantu membangun pemahaman bersama tentang pentingnya pendidikan. Orang tua yang membangun keterhubungan yang kuat dengan anak-anak mereka cenderung lebih mampu mendeteksi tanda-tanda awal kesulitan belajar atau penurunan motivasi akademik, sehingga dapat mengambil tindakan preventif atau suportif yang diperlukan. Lebih dari itu, kedekatan emosional yang positif juga mendorong anak untuk mengembangkan sikap positif terhadap belajar dan membangun kepercayaan diri dalam menghadapi tantangan akademik.

Dalam konteks hasil belajar, kedekatan dan keterhubungan yang kuat dalam keluarga berkontribusi pada pembentukan lingkungan belajar yang mendukung di rumah. Anak-anak yang memiliki hubungan dekat dengan orang tua mereka cenderung merasa lebih aman dalam mengambil risiko akademik, seperti mencoba metode belajar baru atau menghadapi mata pelajaran yang menantang. Mereka juga lebih mungkin untuk mencari bantuan ketika menghadapi kesulitan, karena telah terbangun rasa percaya dan keterbukaan dalam hubungan dengan orang tua. Pola relasi yang dekat ini juga membantu anak mengembangkan keterampilan sosial-emosional yang penting untuk keberhasilan akademik, seperti regulasi diri, empati, dan kemampuan mengelola stres.

Kedekatan dan keterhubungan dalam keluarga juga berperan penting dalam membentuk aspirasi akademik dan orientasi masa depan siswa. Ketika anak merasa terhubung secara emosional dengan orang tua, mereka lebih cenderung menginternalisasi nilai-nilai dan harapan akademik yang positif. Hal ini dapat mempengaruhi motivasi jangka panjang mereka dalam pendidikan dan membentuk pandangan mereka tentang pentingnya pencapaian akademik. Penelitian menunjukkan bahwa siswa yang memiliki hubungan dekat dengan orang tua mereka cenderung memiliki cita-cita pendidikan yang lebih tinggi dan lebih termotivasi untuk mencapai keunggulan akademik. Ini menegaskan bahwa kualitas hubungan emosional dalam keluarga memiliki dampak yang mendalam pada trajectory pendidikan anak dan potensi pencapaian akademik mereka di masa depan.

2.1.3 Prinsip-Prinsip Pola Relasi Orang Tua dengan Anak

Hubungan antara orang tua dan anak merupakan relasi yang kompleks dan dinamis dalam perkembangan sebuah keluarga. Relasi ini memiliki peran fundamental dalam membentuk kualitas kehidupan anak di masa depan. Memahami prinsip-prinsip dasar dalam relasi orang tua-anak menjadi hal yang sangat penting untuk menciptakan pengasuhan yang efektif dan hubungan yang sehat. Dalam konteks ini, Hinde (dalam Lestari, 2012) telah melakukan kajian mendalam tentang relasi orang tua dengan anak yang menghasilkan beberapa prinsip penting:

- a. Interaksi. Orang tua dan anak berinteraksi pada suatu waktu yang menciptakan suatu hubungan. Berbagai interaksi tersebut membentuk kenangan pada interaksi di masa lalu dan antisipasi terhadap interaksi di kemudian hari.
- b. Kontribusi mutual. Orang tua dan anak sama-sama memiliki sumbangan dan peran dalam interaksi, demikian juga terhadap relasi keduanya.
- c. Keunikan. Setiap relasi orang tua-anak bersifat unik yang melibatkan dua pihak, dan karenanya tidak dapat ditirukan dengan orang tua atau dengan anak yang lain.

- d. Pengharapan masa lalu. Interaksi orang tua-anak yang telah terjadi membentuk suatu cetakan pada pengharapan keduanya. Berdasarkan pengalaman dan pengamatan, orang tua akan memahami bagaimana anaknya akan bertindak pada suatu situasi Demikian pula sebaliknya anak kepada orang tuanya.
- e. Antisipasi masa depan. Karena relasi orang tua-anak bersifat kekal, masing-masing membangun pengharapan yang dikembangkan dalam hubungan keduanya.

2.2 Konsep Strategi *Coping*

2.2.1 Definisi Strategi *Coping*

Strategi *coping* merupakan konsep sentral dalam psikologi kesehatan dan stres yang dikembangkan oleh Richard Lazarus dan Susan Folkman. Dalam karya mereka "*Stress, Appraisal, and Coping*" (1984), Lazarus dan Folkman mendefinisikan *coping* sebagai upaya kognitif dan perilaku yang terus berubah-ubah untuk mengelola tuntutan eksternal dan atau internal tertentu yang dinilai membebani atau melebihi sumber daya seseorang" (Lazarus & Folkman, 1984). Definisi ini menjelaskan beberapa hal penting tentang Strategi *coping*. Pertama, *coping* adalah proses yang selalu berubah, bukan sifat tetap seseorang. Ini berarti seseorang dapat menggunakan cara untuk mengatasi stres yang berbeda-beda tergantung situasi, kondisi dan waktu. Kedua, *coping* melibatkan cara berpikir dan bertindak. Hal ini mengenai bagaimana kita memahami situasi yang membuat stres. Ketiga, *coping* digunakan saat seseorang merasa situasinya terlalu berat untuk dihadapi sendiri. Ini menunjukkan bahwa memvalidasi perasaan seseorang tentang situasi yang dihadapinya sangat penting dalam proses *coping*. Yani (dalam Maryam, 2017) mendefinisikan *coping* sebagai perilaku yang terlihat dan tersembunyi yang dilakukan seseorang untuk mengurangi atau menghilangkan ketegangan psikologi dalam kondisi yang penuh stres. Menurut Sarafino (2002), *coping* adalah usaha untuk menetralkan atau mengurangi stres yang terjadi. Dalam pandangan Haber dan Runyon (1984), *coping* adalah semua bentuk perilaku dan pikiran negatif atau positif yang dapat mengurangi kondisi yang membebani individu agar tidak menimbulkan

stress (Maryam, 2017). Struthers (dalam Akhtar & Helmi, 2017) Strategi *coping* (*coping strategy*) merupakan aspek psikologis yang berperan penting proses adaptasi individu terhadap peristiwa yang membuat tertekan. Selanjutnya menurut Costa (dalam DJ et al., 2015) *Coping* dapat juga dikatakan sebagai bentuk adaptasi karena *coping* konsep strategi *Coping*.

2.2.2 Bentuk-Bentuk Strategi *Coping*

Pengelompokan berbagai cara yang digunakan manusia dalam menghadapi masalah atau tekanan atau bentuk strategi *coping* yang sering digunakan dapat diklasifikasikan berdasarkan fokus penanganannya, dimana setiap pendekatan memiliki karakteristik dan fungsi yang berbeda dalam membantu individu mengatasi situasi yang menekan. Berdasarkan bentuk strategi spesifik menurut Folkman (dalam Permatasari & Utami, 2018) menjelaskan ada delapan strategi *coping* yang umum digunakan strategi-strategi ini mencakup (1) *Coping* konfrontatif (*confrontative coping*), dimana individu berpegang teguh pada pendiriannya dan memperjuangkan apa yang diinginkannya; menggambarkan usaha-usaha agresif untuk mengubah situasi. (2) Mencari dukungan sosial (*seeking Social Support*), dimana individu berpaling pada orang lain untuk kenyamanan dan saran mengenai bagaimana mengatasi masalah, menunjuk-kan usaha-usaha individu untuk mencari dukungan. (3) Pemecahan masalah yang terencana (*planful problem solving*), artinya individu memikirkan suatu rencana tindakan untuk memecahkan situasi, menggambarkan dengan memfokuskan pada pertumbuhan pribadi. (4) Kontrol diri (*self-control*), menabahkan hati dan tidak membiarkan perasaan terlihat, menunjukkan usaha-usaha individu untuk mengatur perasaan-perasaan. (5) Menjauhkan (*distancing*), menggambarkan usaha-usaha individu untuk melepaskan diri. (6) Penilaian positif (*Positive Reappraisal*), menunjukkan usaha-usaha individu untuk menciptakan arti positif dengan memfokuskan pada pertumbuhan pribadi. (7) Menerima tanggung jawab (*accepting responsibility*), pengakuan individu bahwa dirinya sendirilah yang mengakibatkan masalah, dan mencoba belajar dari pengalaman. Lebih jelasnya, bentuk *coping* ini menekankan aspek pengenalan peran diri sendiri dalam suatu masalah. (8) Menghindari

penghindaran (*escape-avoidance*), *coping* ini terkait dengan *wishful thinking* dan menunjukkan perilaku-perilaku melarikan diri atau menghindar bisa dengan cara merokok, mengkonsumsi mengkonsumsi obat-obatan maupun minuman keras, ataupun makan berlebihan.

Menurut (Lazarus & Folkman, 1984) terdapat dua jenis utama Strategi *coping* berdasarkan fungsinya yaitu, *Problem-focused coping* dan *Emotion-focused coping* :

1. *Problem-focused coping* : *Problem-focused coping* melibatkan upaya langsung untuk mengatasi sumber stres dengan mengubah situasi atau kondisi yang menyebabkan stres. Strategi ini umumnya digunakan ketika individu merasa memiliki kontrol atas situasi dan percaya bahwa sesuatu dapat dilakukan untuk mengubah kondisi stres. Beberapa contoh strategi *Problem-focused coping* meliputi: a) Pencarian informasi: Individu mencari informasi yang relevan untuk memahami dan mengatasi masalah. b) Perencanaan dan pengambilan tindakan: Mengembangkan rencana tindakan dan mengambil langkah-langkah konkret untuk menyelesaikan masalah. c) Konfrontasi: Menghadapi sumber stres secara langsung dan berusaha mengubahnya. d) Negosiasi: Berusaha mencapai kompromi atau solusi dengan pihak lain yang terlibat dalam situasi stres. Lazarus dan Folkman menekankan bahwa efektivitas *Problem-focused coping* sangat tergantung pada jenis situasi stres yang dihadapi. *Problem-focused coping* cenderung mendominasi ketika orang merasa bahwa sesuatu yang konstruktif dapat dilakukan (Lazarus & Folkman, 1984).
2. *Emotion-focused coping* : *Emotion-focused coping* berfokus pada mengelola respons emosional terhadap situasi stres. Strategi ini diarahkan untuk mengatur respons emosional terhadap masalah (Lazarus & Folkman, 1984). *Emotion-focused coping* sering digunakan ketika individu merasa bahwa situasi stres berada di luar kendali mereka atau ketika sumber stres tidak dapat diubah secara langsung. Contoh strategi *Emotion-focused coping* meliputi: 1) Pencarian dukungan emosional: Mencari empati dan pemahaman dari orang lain. 2) Penerimaan

Menerima realitas situasi stres dan belajar hidup dengannya. 3) Reinterpretasi positif, Mencoba melihat situasi dari perspektif yang lebih positif. 4) Penghindaran, Berusaha menghindari atau mengabaikan situasi stres. 5) Distraksi Mengalihkan perhatian dari stressor dengan melakukan aktivitas lain. Lazarus dan Folkman mencatat bahwa "Dalam kenyataannya, setiap upaya *coping* memiliki fungsi *problem-focused* dan *emotion-focused*" (Lazarus & Folkman, 1984), Ini menunjukkan bahwa kedua jenis *coping* sering digunakan secara bersamaan dan dapat saling melengkapi.

Selanjutnya konsep lain tentang kategorisasi *coping* berdasarkan arah penanganan menurut Moos adalah *Approach* (mendekati) dan *Avoidance* (menjauhi), Moos (Akhtar & Helmi, 2017):

1. *Approach strategies* meliputi usaha langsung untuk mengubah situasi yang tidak menyenangkan, Pendekatan mendekati merujuk pada strategi yang melibatkan upaya aktif untuk menghadapi dan mengatasi masalah atau stres yang dihadapi. Individu yang menggunakan strategi ini cenderung berfokus pada masalah, mencari solusi, dan berusaha memahami situasi yang menekan mereka. Dalam *coping* mendekati, individu mungkin menerima kenyataan dari situasi yang sulit dan berusaha untuk menyesuaikan diri. Mereka juga mungkin mencari informasi yang relevan untuk memahami masalah dan menemukan solusi yang efektif. Selain itu, individu yang menggunakan pendekatan ini cenderung mengekspresikan perasaan dan emosi yang dialami, serta mencari dukungan dari orang lain, baik itu keluarga, teman, atau profesional. Pendekatan mendekati dapat membantu individu mengembangkan keterampilan pemecahan masalah dan meningkatkan ketahanan mental dalam menghadapi tantangan.
2. *Avoidance strategies* dicirikan dengan tidak adanya usaha untuk mengubah situasi yang tidak menyenangkan, strategi yang melibatkan penghindaran atau penolakan terhadap masalah atau stres yang dihadapi. Individu yang menggunakan strategi ini cenderung menghindari situasi

yang menekan, baik dengan cara mengalihkan perhatian, menolak kenyataan, atau menggunakan mekanisme pertahanan lainnya. Dalam *coping* menjauhi, individu mungkin mengalihkan perhatian dari masalah dengan terlibat dalam aktivitas lain, seperti menonton televisi, berolahraga, atau menjalani hobi. Mereka juga dapat menolak untuk mengakui adanya masalah atau stres yang dihadapi, serta menghindari perasaan negatif dengan cara menekan emosi atau tidak mengungkapkan perasaan. Meskipun *coping* menjauhi dapat memberikan pelarian sementara dari stres, penggunaan strategi ini dalam jangka panjang dapat mengakibatkan masalah yang lebih besar, seperti ketidakmampuan untuk menghadapi masalah secara efektif dan peningkatan kecemasan atau depresi.

Secara keseluruhan, kategorisasi *coping* menurut Moos menjadi pendekatan mendekati dan menjauhi memberikan wawasan penting tentang cara individu menghadapi stres dan tantangan dalam hidup. Pendekatan mendekati cenderung lebih adaptif dan berfokus pada penyelesaian masalah, sementara pendekatan menjauhi dapat memberikan pelarian tetapi sering kali tidak efektif dalam jangka panjang. Memahami kedua kategori ini dapat membantu individu dalam memilih strategi *coping* yang lebih sehat dan konstruktif dalam menghadapi kesulitan.

Sullfian (dalam Akhtar & Helmi, 2017) mengembangkan *Academic Coping Strategies Scale (ACS)* dan menambahkan dimensi dukungan sosial atau *Social Support* ke dalam konsep yang sudah ada. Dukungan sosial merujuk pada bantuan emosional, informasi, dan sumber daya yang diterima individu dari orang lain, seperti keluarga, teman, atau rekan sejawat. Dalam konteks akademik, dukungan sosial dapat berfungsi sebagai *buffer* terhadap stres yang dialami oleh mahasiswa, membantu mereka untuk lebih baik dalam menghadapi tekanan akademik. Dukungan ini dapat berupa dorongan moral, bantuan dalam belajar, atau bahkan sekadar menjadi tempat untuk berbagi perasaan dan pengalaman.

Wong-McDonald & Gorsuch (dalam Damayanti & Masitoh, 2020) mendefinisikan jenis *coping* berdasarkan aspek religiusitas, yakni sebagai suatu cara individu dalam menghadapi berbagai tekanan atau situasi yang mengancam atau stresor dengan menggunakan praktik keagamaan yang dianutnya. Agama mereka membagi *coping* religius ke dalam dua pola, yaitu *coping* religius positif dan negatif. *Coping* religius positif misal *collaborative Religious coping*, *seeking spiritual support*, *benevolent religious reappraisals* merupakan suatu hal yang adaptif dan merefleksikan hubungan yang aman dengan Tuhan. merupakan strategi yang adaptif dan mencerminkan hubungan yang aman dan sehat dengan Tuhan. Misalnya, *collaborative Religious coping* melibatkan bekerja sama dengan orang lain dalam konteks spiritual, seperti berdoa bersama atau menghadiri kegiatan keagamaan. *Seeking spiritual support* merujuk pada pencarian dukungan dari Tuhan atau komunitas keagamaan saat menghadapi kesulitan, yang dapat memberikan rasa nyaman dan harapan.

Benevolent religious reappraisals melibatkan melihat situasi sulit dari perspektif positif dengan meyakini bahwa ada makna atau pelajaran yang dapat diambil dari pengalaman tersebut. Semua strategi ini menunjukkan adanya kepercayaan yang kuat dan rasa keterhubungan dengan Tuhan, yang dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis individu. Sebaliknya, *coping* religius negatif misal *passive religious deferral*, *self-directing Religious coping*, *punishing reappraisal*, strategi ini sering kali disertai dengan ketegangan spiritual dan ketidakpuasan religius. *Passive religious deferral*, misalnya, melibatkan penundaan tindakan atau keputusan yang diharapkan dapat diatasi dengan bantuan Tuhan, tanpa adanya usaha aktif dari individu. *Self-directing Religious coping* menunjukkan kecenderungan untuk mengandalkan diri sendiri tanpa mencari dukungan spiritual, yang dapat menciptakan rasa terasing. *Punishing reappraisal* melibatkan pandangan negatif terhadap situasi, dengan meyakini bahwa Tuhan menghukum atau menguji individu melalui kesulitan yang dihadapi. Ketiga strategi ini dapat menciptakan ketidakpuasan religius dan memperburuk perasaan stres, karena individu merasa terputus dari sumber dukungan spiritual mereka.

Secara keseluruhan, perbedaan antara *coping* religius positif dan negatif menunjukkan bagaimana hubungan seseorang dengan Tuhan dapat memengaruhi cara mereka mengatasi stres. *Coping* religius positif cenderung memberikan dukungan emosional dan meningkatkan ketahanan, sementara *coping* religius negatif dapat memperburuk keadaan dan menciptakan ketegangan dalam aspek spiritual. Memahami kedua jenis *coping* ini dapat membantu individu dalam memilih strategi yang lebih adaptif dan membangun hubungan yang lebih sehat dengan keyakinan spiritual mereka.

2.2.3 Faktor-Faktor Pemilihan Strategi *Coping*

Pemilihan strategi *coping* merupakan proses yang kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor. Memahami faktor-faktor ini penting untuk menjelaskan mengapa individu cenderung memilih strategi *coping* tertentu dalam menghadapi situasi stres. Lazarus dan Folkman (1984), tokoh terkemuka dalam penelitian stres dan *coping*, telah mengidentifikasi beberapa faktor kunci yang berperan dalam pemilihan strategi *coping* beberapa faktor tersebut adalah:

1. Penilaian Kognitif (*Cognitive Appraisal*)

Penilaian kognitif mengacu pada bagaimana individu menafsirkan dan mengevaluasi situasi stres. (Lazarus & Folkman, 1984) menyatakan, Penilaian kognitif adalah proses kategorisasi suatu pertemuan, dan berbagai aspeknya, sehubungan dengan signifikansinya bagi kesejahteraan. Penilaian ini terdiri dari dua tahap: Penilaian Primer: Individu menilai apakah situasi tersebut relevan dan berpotensi mengancam kesejahteraan mereka. Penilaian Sekunder: Individu mengevaluasi sumber daya dan opsi yang tersedia untuk mengatasi situasi tersebut.

2. Sumber Daya *Coping*

Sumber daya *coping* mengacu pada aset yang dimiliki individu untuk mengatasi situasi stres. Ini dapat mencakup: Kesehatan dan energi, keterampilan pemecahan masalah, dukungan sosial, sumber daya material misalnya, uang dan keyakinan positif.

3. Karakteristik Pribadi

Faktor-faktor seperti kepribadian, optimisme, ketahanan, dan *self-efficacy* dapat mempengaruhi bagaimana seseorang memilih dan menerapkan strategi *coping*.

4. Karakteristik Situasi

Sifat dan intensitas stresor, serta sejauh mana situasi dapat dikendalikan, juga mempengaruhi pemilihan strategi *coping*.

Dalam konteks siswa dengan pola relasi keluarga yang tidak optimal pemahaman tentang faktor-faktor ini sangat penting. Misalnya, bagaimana mereka menilai tantangan akademik mereka (penilaian kognitif), sumber daya apa yang mereka miliki meskipun pola relasi keluarga tidak optimal, dan bagaimana karakteristik pribadi mereka berkontribusi pada kemampuan mereka untuk mengatasi situasi, semuanya memainkan peran dalam strategi *coping* yang mereka adopsi.

2.2.4 Dinamika Psikologis Strategi *Coping*

Pendekatan teoritis Lazarus, Folkman, dan Moos memberikan perspektif komprehensif tentang dinamika psikologis strategi *coping* sebagai proses adaptasi kompleks dalam menghadapi stres. Konsep fundamental yang mereka kembangkan menunjukkan bahwa strategi *coping* bukanlah sekadar mekanisme pertahanan statis, melainkan sistem dinamis yang terus berevolusi sesuai dengan konteks dan penilaian individual. (Lazarus & Folkman, 1984) menekankan pentingnya penilaian kognitif (*cognitive appraisal*) dalam proses *coping*. Tahapan penilaian ini terdiri dari dua fase kritis. Pertama, penilaian primer (*primary appraisal*), di mana individu mengevaluasi signifikansi situasi terhadap kesejahteraannya apakah situasi tersebut berpotensi mengancam, merugikan, atau menantang. Kedua, penilaian sekunder (*secondary appraisal*), individu mengidentifikasi dan menilai sumber daya personal serta strategi yang mungkin digunakan untuk mengatasi situasi tersebut. Dalam kerangka teoritis mereka, strategi *coping* dibagi menjadi dua kategori utama. *Problem-focused coping* merupakan pendekatan aktif di mana individu secara langsung berupaya mengubah atau

menyelesaikan sumber stres. Strategi ini paling efektif ketika individu merasa memiliki kontrol signifikan terhadap situasi. Sebaliknya, *Emotion-focused coping* berfokus pada regulasi respons emosional, digunakan ketika situasi dinilai berada di luar kendali individual.

Moos (dalam Akhtar & Helmi, 2017) memberikan kontribusi tambahan melalui konsep pendekatan (*approach*) dan penghindaran (*avoidance*). *Approach strategies* menggambarkan kecenderungan individu untuk secara langsung menghadapi dan menyelesaikan masalah, sementara *avoidance strategies* mencerminkan upaya menjauh atau mengabaikan sumber stres. Dinamika psikologis strategi *coping* tidak bersifat dikotomis, melainkan kompleks dan saling tumpang tindih. Individu seringkali menggunakan kombinasi berbagai strategi yang berbeda dalam satu situasi, dengan pemilihan strategi dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti; Karakteristik personal (kepribadian, resiliensi), konteks situasional, sumber daya yang tersedia, penilaian kognitif individual, pengalaman historis dalam mengatasi stress.

Dalam konteks siswa berprestasi, dinamika psikologis ini menjadi sangat relevan. Mereka tidak hanya menggunakan satu strategi tunggal, tetapi mengembangkan repertoar *coping* yang fleksibel. Misalnya, seorang siswa mungkin menggunakan *Problem-focused coping* dengan membuat perencanaan akademik yang sistematis, namun secara simultan mengaplikasikan *Emotion-focused coping* melalui praktik relaksasi atau pencarian dukungan sosial. Teori Lazarus, Folkman, dan Moos menekankan bahwa strategi *coping* bukanlah sekadar mekanisme pertahanan, melainkan proses adaptasi aktif yang mencerminkan kompleksitas psikologis manusia dalam menghadapi tantangan. Pendekatan ini menggarisbawahi bahwa setiap individu memiliki kapasitas unik untuk mentransformasi tekanan menjadi peluang pertumbuhan personal. Dinamika psikologis strategi *coping* merupakan sistem adaptif yang kompleks, dibangun melalui interaksi dinamis antara penilaian kognitif, sumber daya personal, dan konteks situasional.

III. METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Sendang Agung, tepatnya di desa Sendang Rejo, Kecamatan Sendang Agung, Kabupaten Lampung Tengah, Lampung. Pada bulan Agustus 2024 sampai dengan selesai. Pemilihan SMA Negeri 1 Sendang Agung sebagai lokasi penelitian didasarkan pada hasil penelitian pendahuluan yang menunjukkan fenomena menarik adanya keragaman pola relasi keluarga yang tidak optimal di kalangan siswa. Hasil penelitian pendahuluan mengungkapkan berbagai dinamika keluarga yang kompleks. Fenomena ini menjadi menarik karena menggambarkan realitas yang dihadapi oleh banyak siswa di SMA Negeri 1 Sendang Agung, di mana mereka harus mengembangkan strategi *coping* untuk mengatasi tantangan dalam relasi keluarga sambil tetap berusaha mencapai keberhasilan akademik. Keberagaman latar belakang siswa di sekolah ini, baik dari segi kondisi keluarga maupun prestasi akademik, menyediakan konteks yang kaya untuk menganalisis hubungan antara pola relasi keluarga dan strategi *coping* yang digunakan oleh siswa berprestasi. Waktu penelitian ini dilakukan dari bulan Desember 2024 sampai dengan selesai.

3.2 Metode dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus untuk menganalisis strategi *coping* dengan pola relasi keluarga pada siswa berprestasi di SMA Negeri 1 Sendang Agung Lampung Tengah. (Sugiyono, 2022) menjelaskan mengenai penelitian kualitatif yang merupakan penelitian berfokus pada *postpositivistik* yang digunakan untuk meneliti data yang alamiah dan lebih

berkenaan dengan interpretasi data yang ditemukan secara mendalam dan menekankan makna dari pada generalisasi.

(Jailani, 2023) menyatakan bahwa penelitian kualitatif merupakan pendekatan penelitian yang bertujuan untuk memahami dan menjelaskan fenomena sosial secara mendalam melalui interpretasi konteks, pengalaman, dan perspektif individu yang terlibat dalam fenomena tersebut. Dalam penelitian kualitatif ini peneliti menggunakan metode studi kasus. Studi kasus ialah suatu serangkaian kegiatan ilmiah yang dilakukan secara intensif, terinci dan mendalam tentang suatu program, peristiwa, dan aktivitas, baik pada tingkat perorangan, sekelompok orang, lembaga, atau organisasi untuk memperoleh pengetahuan mendalam tentang peristiwa tersebut (Sugiyono, 2022). Metode studi kasus digunakan untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam mengenai fenomena strategi *coping*, dengan fokus pada pola relasi keluarga pada siswa berprestasi di SMAN 1 Sendang Agung Lampung Tengah.

3.3 Subjek Penelitian

Teknik pengambilan sampel adalah suatu teknik untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian. (Sugiyono, 2022). Sumber data utama dalam penelitian ini adalah siswa-siswi di SMAN 1 Sendang Agung, pengambilan sampel yang dilakukan oleh peneliti adalah dengan *nonprobability sampling*, yang tidak memberikan peluang atau kesempatan yang sama pada setiap unsur. Dengan jenis *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan atau kriteria tertentu (Sugiyono, 2022). Adapun kriteria yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Kriteria utama: siswa aktif SMAN 1 Sendang Agung, memiliki prestasi akademik dan/atau non-akademik yang dapat dibuktikan, mengalami pola relasi keluarga yang kurang optimal (sesuai dengan indikator yang disebutkan dalam identifikasi masalah).

- b. Spesifikasi prestasi: prestasi akademik (seperti nilai rapor di atas rata-rata kelas atau peringkat tertentu), prestasi non-akademik (memiliki pencapaian dalam kompetisi/lomba/kegiatan ekstrakurikuler).
- c. Indikator relasi keluarga kurang optimal (minimal memenuhi salah satu): komunikasi dengan orang tua yang kurang intens, mengalami konflik orang tua di rumah, memiliki orang tua yang bekerja di luar kota/negeri, orang tua yang sudah bercerai, menghadapi tuntutan akademik berlebihan dari orang tua, lebih terbuka dengan teman dibanding keluarga.
- d. Karakteristik tambahan: mencakup responden laki-laki dan perempuan (untuk perspektif gender), bersedia menjadi subjek penelitian, mampu mengartikulasikan pengalaman mereka dengan baik, masih aktif bersekolah minimal 1 semester.
- e. Prosedur pemilihan subjek: melakukan screening awal dengan bantuan guru bk atau wali kelas, melakukan wawancara pendahuluan untuk memastikan kesesuaian dengan kriteria, memverifikasi prestasi dan kondisi keluarga melalui dokumentasi yang relevan, memastikan kesediaan subjek untuk berpartisipasi dalam penelitian.

3.4 Definisi Operasional

Berdasarkan tinjauan pustaka dan berdasarkan teori yang digunakan maka definisi operasional penelitian ini adalah:

1. Pola relasi keluarga

Definisi ini didasarkan pada beberapa perspektif teoritis dari berbagai tokoh yaitu Lestari, Carter, Sa'diyah & Rahmasari, serta Argadita, Pola relasi keluarga dalam konteks siswa berprestasi didefinisikan sebagai ikatan dinamis yang kompleks dan berkelanjutan dalam hal ini adalah siswa dengan orang tuanya atau antara orang tua dan anak, yang dibentuk melalui interaksi emosional, komunikatif, dan sosial yang berlangsung secara terus-menerus dalam lingkungan keluarga. Aspek yang peneliti gunakan dalam instrumen penelitian adalah 1) Kualitas komunikasi, kualitas interaksi verbal dan non-

verbal antara orang tua dan anak, mencakup keterbukaan, kemampuan mendengarkan, serta ekspresi emosional yang mendalam. Komunikasi yang efektif ditandai dengan adanya ruang dialog terbuka, empati, dan saling pengertian. 2) Dukungan dan keterlibatan, bentuk dukungan emosional, akademik, dan personal yang diberikan orang tua kepada anak. Hal ini mencakup pemberian dorongan, pujian, pengakuan, serta pemfasilitasan pengembangan potensi anak. 3) Kontrol dan pemantauan, cara orang tua memberikan arahan, pengawasan, dan bimbingan tanpa mengurangi otonomi anak, memberikan penjelasan, dan membantu anak memahami batasan dengan bijaksana.

2. Strategi *Coping*

Strategi *coping* pada siswa berprestasi didefinisikan sebagai upaya kognitif dan adaptasi yang dilakukan siswa untuk mengelola, mengurangi, atau mengatasi tekanan akademik dan personal. Konsep ini mencakup pendekatan Folkman dan Lazarus melalui *Problem-focused coping* yang melibatkan strategi langsung mengatasi sumber stres akademik, dan *Emotion-focused coping* yang fokus pada manajemen respons emosional terhadap tekanan. Mengacu pada pendekatan Moos, strategi *coping* dipahami dalam kerangka *approach strategies* yang merupakan upaya aktif mendekati dan menyelesaikan masalah, serta *avoidance strategies* sebagai cara menghindari atau meminimalkan konflik.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan (Sugiyono, 2022).

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah Wawancara (*interview*) yaitu pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan dalam suatu topik tertentu (Sugiyono, 2022).

Wawancara juga merupakan proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab sambil bertatap muka antara pewawancara dengan responden atau narasumber/orang yang diwawancarai dengan atau tanpa menggunakan pedoman (*guide*) wawancara. Jenis wawancara yang digunakan adalah wawancara terstruktur dengan siswa berprestasi untuk mengeksplorasi pengalaman pribadi mereka, strategi *coping*, dan pandangan mereka tentang pola relasi keluarga mereka. Wawancara akan direkam dan ditranskripsikan untuk analisis lebih lanjut.

3.6 Uji Keabsahan Data

Uji keabsahan data adalah suatu hal penting dalam penelitian untuk memastikan bahwa hasil penelitian dapat dipercaya dan dipertanggungjawabkan secara ilmiah. (Sugiyono, 2022) pada penelitian kualitatif, suatu realitas itu bersifat majemuk ganda, dinamis/selalu berubah, sehingga tidak ada yang konsisten, dan berulang seperti semula.

3.6.1 Uji Dapendabilitas (Realibilitas)

Reliabilitas suatu penelitian mengacu pada standarisasi alat ukur yang digunakan dalam penelitian tersebut (Afiyanti, 2008). Dalam penelitian kualitatif uji reliabilitas dilakukan dengan memeriksa keseluruhan proses penelitian. Pada penelitian ini dilakukan dengan cara memeriksa keseluruhan aktivitas peneliti dalam melakukan penelitian oleh dosen pembimbing skripsi. Bagaimana peneliti mulai menentukan masalah, memasuki lapangan, menentukan sumber data, melakukan analisis data melakukan uji keabsahan dan sampai kesimpulan harus dapat ditunjukkan oleh peneliti.

3.6.2 Uji Kredibilitas

Menurut Sugiyono (2022), uji kredibilitas merupakan upaya untuk membuktikan kebenaran temuan penelitian kualitatif yang bersifat interpretatif. Dalam konteks penelitian strategi *coping* siswa berprestasi, uji kredibilitas dilakukan melalui beberapa teknik utama untuk menjamin validitas dan kepercayaan data yang

dikumpulkan. Peneliti akan membangun hubungan yang lebih mendalam dengan subjek penelitian, serta melakukan *FGD* agar memperoleh pemahaman komprehensif dan kesesuaian keterangan subjek tentang dinamika strategi *coping* dan pola relasi keluarga pada siswa berprestasi. Proses ini memungkinkan peneliti mendapatkan informasi yang lebih akurat dan mendalam.

3.6.3 Uji konfirmabilitas

Penelitian bisa dikatakan objektif apabila hasil penelitian telah disepakati oleh lebih banyak orang. Uji kepastian dalam penelitian kualitatif berarti menguji hasil penelitian yang dikaitkan dengan proses yang telah dilakukan. Apabila hasil penelitian merupakan fungsi dari proses penelitian yang dilakukan, maka penelitian tersebut telah memenuhi standar *confirmability*. Dalam penelitian, jangan sampai proses tidak ada, tetapi hasilnya ada (Sugiyono, 2022) Dalam konteks penelitian ini, konfirmabilitas dilaksanakan melalui serangkaian mekanisme validasi yang komprehensif. Peneliti melakukan dokumentasi secara menyeluruh pada setiap tahapan penelitian, mulai dari proses pengumpulan data, wawancara, dan *FGD* hingga analisis. Setiap dokumen dan catatan penelitian akan diverifikasi untuk menjamin konsistensi antara proses pengumpulan data dan temuan yang dihasilkan. Fokus utama pengujian adalah melihat kesesuaian data dengan realitas aktual strategi *coping* siswa berprestasi, serta mengeksplorasi antara pola relasi keluarga dengan mekanisme *coping* yang mereka kembangkan. Metode ini memastikan bahwa hasil penelitian tentang strategi *coping* dan pola relasi keluarga siswa berprestasi di SMAN 1 Sendang Agung dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah dan merefleksikan kondisi faktual di lapangan.

3.7 Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi dengan cara mengorganisasikan data ke dalam tema, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang

akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain. Menurut (Sugiyono, 2022), analisis tematik adalah metode untuk mengidentifikasi, menganalisis, dan melaporkan pola-pola (tema) dalam data.

V. PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai strategi *coping* pada siswa berprestasi dengan pola relasi keluarga yang tidak optimal di SMAN 1 Sendang Agung, dapat disimpulkan bahwa siswa berprestasi menggunakan beragam strategi untuk menghadapi tekanan dalam kehidupan mereka. Penelitian ini berhasil mengidentifikasi enam jenis strategi *coping* yang digunakan, yaitu *emotion-focused coping* (31.58%), *problem-focused coping* (29.82%), *social support* (17.54%), *avoidance strategy* (12.28%), *religious coping* (5.26%), dan *approach strategy* (3.51%).

Strategi *coping* yang diterapkan oleh para subjek terbukti efektif digunakan oleh mereka guna pencapaian dan pemertahanan prestasi akademik, ditemukan bahwa Strategi *coping* membantu siswa mengelola stres dan tekanan psikologis dari kondisi keluarga, menciptakan kondisi mental yang lebih kondusif untuk belajar. Siswa membangun ketahanan akademik (*academic resilience*) yang diperlukan untuk mengatasi hambatan dalam proses belajar, terlihat dari kemampuan mereka untuk bangkit dari kegagalan akademik. Strategi *coping* proaktif seperti mencari waktu khusus saat rumah tenang atau tempat alternatif untuk belajar memungkinkan siswa menciptakan lingkungan belajar yang optimal meskipun berada dalam keluarga yang tidak kondusif. Motivasi internal yang kuat terbentuk, di mana prestasi akademik menjadi sarana pembuktian diri. Kurangnya dukungan atau keraguan dari keluarga justru diubah menjadi bahan bakar motivasi untuk membuktikan kemampuan diri. Jaringan dukungan sosial yang dibangun memberikan akses pada sumber daya pembelajaran dan dukungan emosional yang tidak tersedia dari keluarga, seperti bimbingan akademik dari guru dan dukungan dari teman sebaya.

Pola adaptasi spesifik yang teridentifikasi pada semua subjek penelitian meliputi: Pencarian waktu dan ruang optimal untuk belajar ketika rumah dalam kondisi tenang, Pengembangan kemandirian tinggi dalam mengelola waktu, emosi, dan masalah, Pencarian figur pengganti orangtua melalui guru atau kakak kelas, Transformasi penderitaan menjadi motivasi untuk berprestasi, Pembangunan "keluarga kedua" melalui jaringan sosial kompensatoris.

Temuan penelitian ini menegaskan bahwa meskipun pola relasi keluarga merupakan faktor penting dalam pengembangan strategi *coping* remaja, keterbatasan dalam aspek ini tidak selalu menjadi penghalang bagi prestasi dan adaptasi psikologis yang positif. Siswa dengan motivasi tinggi mampu mengembangkan mekanisme adaptasi alternatif yang memungkinkan mereka untuk tetap berprestasi dan mengatasi tekanan hidup secara efektif. Penelitian ini juga menyoroti pentingnya sistem dukungan alternatif di luar keluarga, seperti lingkungan sekolah dan pertemanan, dalam memfasilitasi pengembangan resiliensi pada remaja dengan kondisi keluarga yang kurang optimal.

5.2 Saran

Setelah peneliti melakukan proses dan perjalanan dalam upaya menemukan hasil penelitian, maka peneliti memberikan dan mengajukan saran sebagai berikut :

1. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini menunjukkan pentingnya peran sekolah sebagai lingkungan alternatif yang mendukung perkembangan siswa dengan pola relasi keluarga yang tidak optimal. Sekolah dapat menyediakan ruang belajar kondusif di luar jam pelajaran berdasarkan temuan "Pencarian waktu dan ruang optimal untuk belajar". Perpustakaan atau ruang kelas yang tetap buka hingga sore hari akan menjadi alternatif berharga bagi siswa yang tidak memiliki lingkungan belajar yang tenang di rumah. Mengimplementasikan sistem mentoring kakak-adik angkatan secara terstruktur juga penting untuk memfasilitasi "Pencarian figur pengganti orangtua melalui guru atau kakak kelas" yang ditemukan dalam penelitian.

Sekolah sebaiknya menyelenggarakan *workshop* penguatan motivasi internal secara berkala, mengingat temuan "Transformasi penderitaan menjadi motivasi untuk berprestasi" yang menjadi strategi efektif para subjek penelitian.

2. Bagi Guru BK (Bimbingan Konseling)

Guru BK memiliki peran strategis dalam mengidentifikasi dan mendukung siswa dengan kondisi keluarga yang tidak optimal. Guru BK perlu melakukan pemetaan kebutuhan dukungan siswa melalui asesmen yang tidak mencolok untuk mengidentifikasi siswa dengan kondisi keluarga tidak optimal tanpa membuat mereka merasa terstigma. Berdasarkan temuan tentang "Pengembangan kemandirian yang tinggi", Guru BK dapat menyelenggarakan sesi konseling kelompok yang membahas teknik pengelolaan waktu, emosi, dan masalah secara mandiri, agar kemandirian siswa dapat terarah dengan baik. Guru BK juga berperan penting sebagai penghubung dalam "Pembangunan keluarga kedua" dengan mempertemukan mereka dengan teman-teman yang bisa saling mendukung. Tidak hanya itu guru BK juga dapat melakukan dan mempersiapkan sosialisasi dengan para orang tua siswa, agar tidak hanya pihak sekolah dan siswa yang memahami keadaan dan pandai beradaptasi dengan lingkungan yang sulit. memberikan edukasi dasar mengenai komunikasi yang baik dengan anak, memahami cara bersikap dengan anak di usia remaja dan edukasi edukasi dasar lainnya. Guru bk juga dapat membuat beberapa program yang bekerjasama dengan organisasi inti disekolah untuk mengagendakan acara yang merekatkan hubungan antara anak dan orang tua.

3. Bagi Orang Tua

Meskipun penelitian ini berfokus pada siswa dengan pola relasi keluarga yang tidak optimal, hasil penelitian dapat menjadi masukan berharga bagi semua orang tua. Orang tua perlu belajar pentingnya menciptakan suasana tenang di rumah, sesuai dengan temuan "pencarian waktu dan ruang optimal untuk belajar". Meskipun mungkin sulit, orang tua bisa berusaha mengurangi keributan saat anak sedang belajar. Pertemuan antara guru dan

orang tua sebaiknya tidak hanya membahas nilai, tetapi juga cara mendukung anak menjadi mandiri, sesuai dengan temuan "pengembangan kemandirian tinggi". Orang tua perlu berupaya menciptakan lingkungan rumah yang kondusif untuk belajar dan mengembangkan komunikasi terbuka dengan anak. Menunjukkan apresiasi terhadap pencapaian anak, sekecil apapun itu, merupakan bentuk dukungan emosional yang penting bagi perkembangan strategi *coping* yang efektif pada anak.

4. Bagi Siswa

Siswa yang memiliki masalah dalam keluarga perlu mengerti bahwa kondisi tersebut bukanlah penghalang untuk berprestasi. Berdasarkan penelitian ini, siswa sebaiknya mencari saat-saat ketika rumah sedang tenang untuk belajar dengan fokus. Jika rumah selalu tidak kondusif, carilah tempat alternatif seperti perpustakaan sekolah, rumah teman, atau taman yang tenang. Belajarlah untuk mengelola perasaan dengan cara yang sehat. Saat merasa sedih atau marah karena masalah keluarga, alihkan energi itu untuk belajar lebih giat. Seperti yang ditemukan dalam penelitian, jadikan keinginan untuk "membuktikan diri" sebagai motivasi utama. Tuliskan tujuan dan impian masa depan, lalu bacalah tulisan itu saat merasa putus asa. Jangan ragu mencari bantuan dari guru atau kakak kelas yang dipercaya. Penelitian menunjukkan bahwa mencari "figur pengganti orangtua" sangat membantu siswa berprestasi. Bergabunglah dengan kelompok belajar atau organisasi sekolah untuk membangun "keluarga kedua". Teman-teman yang mendukung bisa memberikan semangat saat keluarga tidak memberikannya. Kembangkan kebiasaan berdoa atau meditasi untuk menenangkan pikiran, sesuai dengan strategi "*religious coping*" yang ditemukan dalam penelitian. Buatlah jadwal belajar sendiri dan patuhi jadwal tersebut, ini akan membantu mengembangkan "kemandirian tinggi" yang menjadi ciri siswa berprestasi dalam penelitian.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya sebaiknya memperluas cakupan penelitian dengan melibatkan lebih banyak siswa dari berbagai sekolah, tidak hanya dari SMAN 1 Sendang Agung. Hal ini akan memberikan gambaran yang lebih luas tentang strategi *coping* siswa dengan kondisi keluarga tidak optimal. Peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode penelitian campuran (*mixed method*) dengan menambahkan pendekatan kuantitatif untuk mengukur tingkat efektivitas dari masing-masing strategi *coping* yang digunakan siswa. Penelitian ini telah mengidentifikasi berbagai strategi, namun belum mengukur secara kuantitatif mana yang paling efektif. Peneliti selanjutnya bisa melakukan studi longitudinal untuk melihat bagaimana strategi *coping* siswa berkembang dari awal SMA hingga lulus, sehingga dapat dilihat perubahan dan perkembangannya. Selain itu, peneliti selanjutnya perlu melibatkan guru dan teman sebaya dalam pengumpulan data, tidak hanya berfokus pada siswa. Hal ini akan memberikan sudut pandang yang lebih komprehensif tentang dukungan sosial yang diterima siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Afni, N., & Jumahir, J. Vol 12(1), (2020). 108–139. Peranan Orang Tua Dalam Meningkatkan Prestasi Belajar Anak. *Musawa: Journal for Gender Studies*.
- Akhtar, H., & Helmi, A. F. (2017). Penyusunan Dan Identifikasi Properti Psikometris Skala Strategi *Coping* Akademik Pada Mahasiswa. *Humanitas*, 14(2), 164.
- Damayanti, D. T., & Masitoh, A. (2020). Strategi *Coping* Siswa Dalam Menghadapi Stres Akademik Di Era Pandemi Covid-19. *Academica : Journal of Multidisciplinary Studies*, 4(2), 185–198.
- DJ, S. D., Diyono, & Utaminingsih, D. (2015). Penggunaan strategi *coping* pada siswa kelas X SMK Swadhipa 2 Natar. *ALIBKIN (Jurnal Bimbingan Konseling)*, 4(3), 27–44.
- Fadilla, A. R., Wulandari, P. A., Bahasa, F., & Yogyakarta, U. N. (2023). *Jurnal Penelitian Volume 1 No 3 Ii Agustus 2023 E-Issn : 2986-5573 (Online) Volume 1 No 3 Ii Agustus 2023 E-Issn : 2986-5573 (Online) Page 34-46*. 1(3), 34–46.
- Fan, X., & Chen, M. (1999). Chen M. Parental Involvement and Students' Academic Achievement: A Meta-Analysis. *Ed 430 048*, 1–35.
- Fauziah, N., Yusmansyah, & Utaminingsih, D. (2015). Hubungan Penggunaan Strategi *Coping* Dengan Prestasi Akademik Pada Siswa Kelas XI SMA. *ALIBKIN (Jurnal Bimbingan Konseling)*, 4.
- Fitria, L., & Barseli, M. (2021). Kontribusi dukungan keluarga terhadap motivasi belajar anak broken home. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 6(1), 6.
- Jailani, M. S. (2023). *Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif*. 1, 1–9.
- Kusumah, R. (2022). Pola Asuh Orang Tua Siswa Berprestasi. *Jurnal Pelita PAUD*, 7(1), 236–242.

- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *STRESS, APPRAISAL, AND COPING*.
- Maryam, S. (2017). Strategi *Coping*. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 101.
- Nabila, S. F. (2022). PERKEMBANGAN REMAJA Adolescence. *Book Chater, March*, 1–12.
- Ningsih, D. A., Utaminingsih, D., & Pratama, M. J. (2019). Hubungan Komunikasi Keluarga dengan Kecenderungan Penggunaan Strategi *Coping* pada Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 8(1), 1–15.
- Permatasari, Y. D. A., & Utami, M. S. (2018). *Coping* Stres dan Stres pada Perawat di Rumah Sakit Jiwa “X.” *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 23(2), 121–136.
- Pratiwi, R. D. (2018). Hubungan Dukungan Orang Tua Dengan Prestasi Belajar Siswa Sltip Negeri 6 Yogyakarta. *Edu Dharma Journal: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 30.
- Rachmawati, T. S., & Rahmasari, D. (2024). *Strategi Coping Remaja Akhir yang Mengalami Fatherless dalam Hidupnya Coping Strategies Late Adolescents Who Experience Fatherless in Their Life*. 11(01), 632–643.
- Ramdani, C., Miftahudin, U., & Latif, A. (2023). Peran Keluarga Dalam Pendidikan Karakter. *Banun: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini* , 2(1), 12–20.
- Rasyid, R., Achruh, A., Rasyid, M. R., Selatan, S., & Selatan, S. (2020). *Perkembangan Anak Perspektif Pendidikan Islam The Implications Of Educational Environment On The Child Development In Islamic Educational*. 7(2), 111–123.
- Sa’diyah, H., & Rahmasari, D. (2020). Peran Relasi Orang Tua-Anak Terhadap Kenakalan Remaja : Studi Literatur Halimah Sa ’ diyah Diana Rahmasari. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 07(4), 143–154.
- Shazili, A., Akmar, N. I., & Norazman, I. (2020). Hubungan Di Antara Gaya Ikatan (Attachment) Anak-Anak Dengan Ibu Bapa Dan Kepuasan Hidup dalam Kalangan Remaja Di Sekolah Kluster. *Jurnal Kemanusiaan*, 18(1), 105–110.
- Siburian, I. T., & Tambunan, D. M. (2024). *Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dan Stress Level Dengan Mekanisme Coping Pada Remaja Usia Pertengahan Di Sma Parulian 1 Medan*. 2(3), 64–76.
- Sugiyono, D. (2010). Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D. In *Penerbit*

Alfabeta.

Tamrin, M., S. Sirate, S. F., & Yusuf, M. (2011). Teori Belajar Vygotsky dalam Pembelajaran Matematika. *Sigma (Suara Intelektual Gaya Matematika)*, 3(1), 40–47.

Yoanita, D. (2022). Pola Komunikasi Keluarga Di Mata Generasi Z. *Scriptura*, 12(1), 33–42.