

Studi Perilaku *Hopelessness* Pada Siswa Di SMK Daruttaqwa, Gresik
Study Of Student's Hopelessness Behavior In Daruttaqwa Vocational High School, Gresik

Riza Melinda

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
melinda.rizariza@gmail.com

Ari Khusumadewi, S.Pd, M.Pd

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
arikhsumadewi@unesa.ac.id

Abstrak

Hopelessness atau keputusasaan diri adalah keadaan individu dengan kondisi lelah secara kognitif dan merasa putus asa. *Hopelessness* dapat disebabkan oleh beberapa faktor dan ditunjukkan dalam bentuk perilaku. Tentunya apabila seseorang mengalami *hopelessness* dan menunjukkannya dalam bentuk perilaku dipengaruhi serta mempengaruhi aspek lain dalam dirinya maupun lingkungan seseorang tersebut.

Penelitian ini meneliti tentang perilaku *hopelessness* yang ditunjukkan oleh siswa di SMK Daruttaqwa, Gresik. Dimana keunikan dalam penelitian ini adalah bahwa *hopelessness* dan perilaku *hopelessness* dialami oleh siapa saja termasuk siswa. Selain itu bahwa dalam studi pendahuluan diketahui bahwa perilaku *hopelessness* yang ditunjukkan siswa dipengaruhi atau dilatarbelakangi oleh berbagai macam faktor, termasuk salah satunya adalah latar belakang pendidikan berbasis pondok pesantren di sekolah tersebut. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui berbagai macam bentuk perilaku *hopelessness* pada siswa, faktor penyebabnya, serta bentuk penanganan yang diberikan terkait perilaku *hopelessness* tersebut.

Untuk mengetahuinya, penelitian ini menggunakan instrumen wawancara, observasi, serta dokumentasi yang dilaksanakan pada dua orang siswa sebagai subjek dan beberapa informan pendukung lain sebagai sumber data. Hal tersebut dikarenakan penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif. Sehingga melalui instrumen tersebut dikumpulkan data sebanyak-banyaknya dengan kemudian dianalisis dengan menggunakan teknik triangulasi.

Hasil dari triangulasi dari penelitian ini diketahui bahwa bentuk perilaku *hopelessness* yang ditunjukkan adalah Sulit Berkonsentrasi, bermalas-malasan, tidur di kelas, melamun, gelisah, lesu/ tidak bertenaga, berbicara sendiri, keluar/ kabur dari kelas, melukai diri sendiri. dengan faktor penyebab perilaku *hopelessness* tersebut adalah alasan siswa tinggal di pondok pesantren, beban belajar, baik di sekolah maupun di pondok, ketidakmampuan bersosialisasi, siswa cenderung tertutup, ketidakmampuan mengekspresikan perasaan. Penanganan atau tindakan yang diberikan kepada siswa terkait perilaku *hopelessness*-nya adalah dalam bentuk pemberian perhatian, pemberian pengertian, komunikasi dengan siswa, komunikasi dengan pondok pesantren.

Kata kunci : Perilaku, *hopelessness*, penanganan

Abstract

Hopelessness is the state of the individual with a cognitively tired condition and also hopeless feeling. *Hopelessness* can be caused by several factors and shown in the form of behavior. If a person experiencing *hopelessness* and show it in behavior, it influenced and affect other aspects of themself and surround them.

This study examines the *hopelessness* behavior shown by students in Daruttaqwa vocational high school, Gresik. In addition, in the preliminary study it's known that the behavior of *hopelessness* shown by the students is influenced by various factors, including the educational background which is the school have an Islamic boarding school based which is in factor of *hopelessness* is the one of the factor itself. The purpose of this study is to know the various forms of *hopelessness* behavior on students, the cause, as well as the solution given by the teachers and others related to the *hopelessness* behavior of students.

To find it out, this research using interview, observation, and documentation for two students as subject and also supporting informants as data source. This research is a qualitative descriptive research. Through the instrument collected data then analyzed by using triangulation validity test.

The result of triangulation is, the form of *hopelessness* behavior shown by loss of concentration, laziness, fall a sleep in the class, daydreaming/blank, anxiety, tired or have no power, self-talking, escaping from class, self-injuring. With the factors causing *hopelessness* behavior is the reason students live in boarding

school, the study burden, both at school and in the boarding house, inability to socialize, asocial behavior of the student himself, inability to express the feelings.

Keywords: *Behavior, hopelessness, solution.*

PENDAHULUAN

Adanya perbedaan kondisi individu dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah, persoalan, tantangan, serta rintangan dalam hidupnya serta perilaku yang ditunjukkan yang berbeda pula, diketahui ada beberapa individu tertentu yang berputus asa, atau sedang mengalami kondisi *hopelessness*. Sehingga individu tersebut menunjukkan perilaku *hopelessness*. *Hopelessness* diterjemahkan sebagai keputusan diri yang menyebabkan ketidakberdayaan dan hilangnya harapan dan cita-cita. *Hopelessness* terjadi karena kurangnya beberapa bidang pendukung dalam hidup yang menyebabkan individu lelah dan menyerah dalam menghadapi suatu permasalahan. Atau bisa juga karena terjadinya sesuatu yang tidak diinginkan, maka terjadilah ketegangan, lalu timbul kekesalan dan keputusan dari dalam diri. Orang yang putus asa terkesan berperilaku lamban, kaku, bodoh, dan enggan berkegiatan atau beraktivitas (Baran, 2015).

Keadaan *hopelessness*, adalah keadaan yang menyebabkan ketertekanan, ketidakmampuan seorang individu dalam memikirkan masa depannya, melakukan sesuatu yang berarti dalam hidupnya dan memberdayakan dirinya sendiri (Davison, dkk, 2013). Dalam hal ini, seorang individu yang mengalami *hopelessness* serta menunjukkan perilaku *hopelessness*, tidak mampu berpikir jernih mengenai apapun, bahkan tentang cita-cita dan harapannya. Apabila seorang individu mengalami *hopelessness*, maka ia cenderung berperasaan bahwa tekanan yang dihadapinya adalah amat besar dan tidak ada seorang pun yang mengerti dan mampu membantunya. Yang di sisi lain akan menyebabkan munculnya perasaan hampa dalam dirinya, dan menghilangkan semangat dan gairah dalam beraktivitas timbul perasaan sedih, merasa bersalah, lambat berpikir, menurunnya daya tahan tubuh, bahkan mudah jatuh sakit karena yang ada hanyalah pandangan kosong seolah terhimpit oleh beban yang sangat berat (Davison, dkk, 2013)

Melihat besarnya akibat yang ditimbulkan dari *hopelessness* dan juga mengingat cara atau gaya yang dimiliki tiap individu dalam menghadapi persoalan atau masalah dalam hidupnya, maka akan menarik jika ditelaah bagaimana seorang siswa merasakan *hopelessness* serta bagaimana perilaku yang ditunjukkannya. Mengingat bahwa kondisi *hopeless*

dapat dialami oleh siapapun dan berasal dari berbagai segmen usia serta berbagai latar belakang.

Pada situasi yang terdapat di sekolah, siswa memiliki berbagai macam rupa dan karakter masing-masing, serta perilaku unik yang jelasnya berbeda dan menarik. Siswa di sekolah memiliki karakter, pembawaan, bahkan perilaku yang berbeda dan telah terbentuk secara utuh dari lingkungannya dari masa kanak-kanak. Ada siswa yang ceria, riang, aktif bersosialisasi bahkan berorganisasi, dan tegar dalam menghadapi segala situasi serta peristiwa yang ada di hadapannya. Akan tetapi tidak menutup kemungkinan bahwa ada sejumlah siswa yang kalut, sedih, dan terbebani dengan peristiwa-peristiwa dan cenderung menghadapi segala macam problema dalam hidup dengan pikiran dan asumsi negatif. Selain karakter dan pembawaan pribadi dari siswa itu sendiri, tak jarang pengaruh budaya dan lingkungan sehari-hari siswa dapat mempengaruhi bagaimana ia menghadapi segala problema dan persoalan. Budaya, pola asuh orangtua, lingkungan, serta pergaulan memegang erat pengaruh pada cara siswa berpikir, bersikap, bertindak bahkan berperilaku.

Dalam kaitannya dengan penelitian ini, pengaruh dari luar diri siswa, seperti lingkungan kehidupan sehari-hari, baik yang diawali dari pola asuh di rumah, pergaulan sehari-hari dapat mempengaruhi pola pikir siswa. Dimana pola pikir siswa dapat mempengaruhi bagaimana siswa tersebut akan berperilaku. Di sekolah yang juga memiliki sistem pondok pesantren akan sangat mempengaruhi siswa di dalamnya berkaitan dengan pola pikir dan cara berperilakunya. Pengaruh-pengaruh yang dimaksudkan amat luas, yaitu bisa dalam bentuk pembiasaan, budaya, maupun bentuk pengaruh lainnya.

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Menengah Kejuruan Daruttaqwa, Suci, Manyar, Gresik yang mana perilaku *hopelessness* dialami oleh siswanya. SMK Daruttaqwa, Suci, Manyar, Gresik merupakan sekolah yang berada di bawah naungan Yayasan Al-Munawwar serta Pondok Pesantren Daruttaqwa. SMK Daruttaqwa menyediakan pondok pesantren bagi siswanya yang belajar di sekolah tersebut. Sehingga komposisi siswanya tidak seluruhnya tinggal dan santri di pondok pesantren yang ada.

Kegiatan di pondok pesantren yang dilakukan secara kontinu setiap hari tersebut dirasa amat membosankan dan membuat jenuh siswa sekaligus santri di pondok tersebut. Kasus *hopelessness* yang

ditemukan pada dua orang siswa kelas XI Jurusan Tata Busana. Ditambah pula, berdasarkan wawancara yang telah dilakukan pada kedua siswa tersebut diketahui bahwa kewajiban menghafal kitab-kitab membuat santri merasa kesulitan dan tidak sanggup melakukannya. Kewajiban sebagai siswa dengan tugas sekolah dan beratnya kehidupan pondok yang juga dimulai dari dini hari pukul 03.00 hingga malam hari 23.00 membuat santri merasakan *hopelessness* serta memunculkan perilaku *hopelessness* tertentu.

Ditambah pula berdasarkan wawancara dengan Kepala Pondok Putra, Pondok Pesantren Daruttauqwa, menyebutkan bahwa santri tidak diperkenankan membawa alat komunikasi dalam bentuk apapun, serta tidak tersedianya televisi maupun sambungan internet menyebabkan santri terputus dari dunia luar selama berada di dalam pondok. Dari cuplikan aktivitas siswa dan juga santri di pondok pesantren tersebut, dapat diketahui bahwa dengan aktivitas harian yang dijalani merupakan potret pembiasaan serta pengaruh dari luar diri siswa yang diduga menjadi penyebab dari munculnya perilaku *hopelessness*.

Lebih lanjut lagi, tidak adanya tindak lanjut maupun penanganan dalam bentuk apapun yang diberikan pada santri maupun siswa non santri terkait dengan hal-hal yang dapat memunculkan perilaku *hopelessness* memperbesar peluang munculnya perilaku tersebut. Di Pondok Pesantren Daruttauqwa maupun di SMK Daruttauqwa itu sendiri, penanganan diberikan hanya terbatas pada pelanggaran dan penyimpangan perilaku yang nampak saja. Penanganan yang mendalam terkait permasalahan siswa maupun santri yang terkait dengan psikologisnya belum diberikan.

Hopelessness sendiri dapat dilatar belakangi oleh berbagai hal, tidak serta merta karena ketidakinginan dari si individu. Kasus yang peneliti angkat diatas mengingatkan bahwa faktor penyebab dari *hopelessness* pada individu dapat dipengaruhi oleh beragam faktor sehingga perilaku yang ditunjukkan pun beragam. Kemenarikan dalam kasus ini adalah siswa yang mengalami *hopelessness* memiliki kehidupan religius yang tertata dalam pondok pesantren, dimana syariat Islam sangat kental mengiringi langkah kehidupannya. sehingga, pengaruh dari latar belakang sosial, lingkungan sekitar siswa yang religius dapat mempengaruhi siswa dalam bersikap dan yang paling nampak, yaitu bagaimana siswa tersebut berperilaku.

Dengan mengetahui keterkaitan antara kondisi yang mempengaruhi munculnya *hopelessness* dan pengaruhnya dalam bentuk perilaku, akan menarik

apabila diteliti lebih mendalam mengenai perilaku-perilaku yang terbentuk tersebut, dan peneliti melalui penelitian ini akan mengajukan penelitian dengan judul, “Studi Perilaku *Hopelessness* Pada Siswa di SMK Daruttauqwa Gresik.”

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif. Tujuan dari penelitian deskriptif itu sendiri ialah untuk membuat deskripsi atau gambaran secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta, sifat, dan hubungan antara fenomena (Nazir dalam Sari, 2016). Penelitian ini menggunakan desain kualitatif. Penelitian kualitatif adalah suatu proses penelitian yang dilakukan secara wajar dan natural sesuai dengan kondisi objektif di lapangan tanpa adanya manipulasi, serta jenis data yang dikumpulkan terutama data kualitatif. Metode kualitatif yang digunakan pada penelitian ini yang mampu menghasilkan data berupa deskripsi dihasilkan dari observasi, wawancara, dan dokumentasi. Selanjutnya data kualitatif itu didapat melalui teknik pengumpulan data berupa triangulasi dari tiga instrumen penelitian diatas. Subjek utama penelitian ini dua orang siswa sekaligus santri yang bersekolah di SMK Daruttauqwa Gresik. Guna menggali informasi lebih mendalam sumber data juga digali dari informan pendukung yaitu guru BK, wali kelas, dan kepala sekolah.

Teknik pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara, observasi, dan dokumentasi. Uji kredibilitas data peneliti menggunakan teknik triangulasi teknik dan triangulasi sumber. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah model Miles dan Huberman meliputi *data reduction* (reduksi data), *data display* (penyajian data) dan penarikan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Bentuk Perilaku *Hopelessness* Pada Siswa

Hasil observasi yang telah dilaksanakan peneliti dan telah dijabarkan dalam hasil penelitian. Perilaku *hopelessness* yang ditunjukkan oleh siswa sesuai hasil observasi cukup beragam. Keberagaman perilaku *hopelessness* yang ditimbulkan oleh siswa tersebut akan dijelaskan pada masing-masing perilaku diantaranya sebagai berikut:

1. Sulit Berkonsentrasi

Sulit berkonsentrasi ditunjukkan oleh kedua siswa ketika berada di kelas. Baik siswa KH dan siswa FA, nampak kesulitan memusatkan perhatiannya dan berkonsentrasi untuk satu hal atau satu pekerjaan. Dari bukti observasi terlihat bahwa siswa hanya mampu berkonsentrasi dalam waktu yang amat singkat yaitu kurang dari lima menit. Lepas dari lima menit siswa berkonsentrasi, siswa akan melakukan hal lain yang tidak berkaitan dengan pekerjaan atau aktivitas di kelas, yaitu seperti mengoperasikan telepon seluler, mengobrol dengan teman, bahkan bercanda hingga tertawa keras saat guru sedang memberikan pembelajaran di kelas.

2. Bermalas-malasan

Siswa KH dan FA nampak sedikit antusias belajar di kelas ketika pelajaran praktik tata busana. Karena praktik tata busana adalah satu-satunya pelajaran yang mengharuskan siswa praktik secara langsung dan tidak berada di kelas. Selain itu siswa akan nampak bermalas-malasan dan tidak antusias.

Tindakan penanganan atas perilaku siswa tersebut tidak terlalu nampak, sama seperti pada perilaku sebelumnya. Akan tetapi pada pelajaran praktik tata busana, teguran dari guru sempat diberikan pada siswa yang nampak kurang cekatan dan mulai tertinggal dari teman-temannya.

3. Tidur di Kelas

Perilaku tidur di kelas ini adalah perilaku siswa yang cukup sering ditampakan. Siswa dengan terang-terang merebahkan tubuhnya ke bangku dan memejamkan mata selama beberapa saat bahkan hingga jam pelajaran usai. Siswa menunjukkan perilaku ini di siang hari, tetapi akan lebih parah bila pada saat jam pelajaran di siang hari. Dimana siswa akan langsung merebahkan tubuhnya sesaat setelah guru membuka pelajaran.

Guru yang berada di kelas pun kurang memberikan tindakan. Teguran untuk siswa bisa lebih baik dalam menerima pelajaran tidak diberikan. Sehingga guru lebih memilih untuk melanjutkan pembelajaran daripada mencoba menegur siswa yang dengan sengaja tidur di kelas.

4. Melamun

Siswa dengan perilaku *hopelessness* yang diteliti tersebut memiliki kebiasaan perilaku melamun atau *blank*. Selama kegiatan observasi berlangsung siswa KH dan FA tercatat sering melamun dengan tatapan kosong. Perilaku yang ditunjukkan memang nampak seperti kurang berkonsentrasi terhadap kegiatan atau aktivitas di hadapannya akan tetapi setelah diperhatikan secara mendetail, wajah siswa nampak kosong.

Pada saat siswa sedang melamun, guru maupun teman siswa di sekitarnya tidak menyadari bahwa siswa yang bersangkutan sedang melamun. Sehingga guru yang sedang mengajar pun tidak memberikan teguran atau tindakan lainnya. Hal ini menyebabkan siswa tidak mampu menerima dan menyerap pelajaran yang diberikan.

5. Gelisah

Perilaku siswa tersebut muncul pada saat lepas istirahat pertama berlangsung atau pada jam pelajaran 5-6 berlangsung. Selain karena sudah memasuki siang hari yang menyebabkan siswa mulai lelah dan mengantuk, selain itu penyebab siswa KH dan FA mulai gelisah adalah hal lain yang diketahui melalui wawancara, yaitu terkadang teringat betapa melelahkannya kehidupan pondok dan ingin segera pulang ke rumah orangtua masing-masing.

6. Lesu/ Tidak Bertenaga

Siswa nampak lesu dan tidak bersemangat mulai dari siswa masuk gerbang sekolah atau dari pagi hari. Perilaku ini tidak selalu nampak tiap harinya, akan tetapi cukup sering nampak. Apabila siswa menampakkan perilaku ini, maka aktivitas belajar siswa di kelas akan terganggu.

Bahkan beberapa kali siswa nampak keluar kelas dengan membawa tas dan tidak kembali hingga kelas usai di siang hari.

Dalam hal ini, respon guru terkait perilaku siswa tersebut ialah sesekali mencari siswa dengan menanyakan kepada teman siswa KH dan FA. Selain itu tidak ada tindakan atau penanganan berarti terhadap perilaku siswa tersebut.

7. Melukai Diri Sendiri

Perilaku melukai diri sendiri pada siswa nampak begitu serius dan tidak bisa dianggap enteng. Akan tetapi pada

kenyataannya diketahui bahwa selain siswa dengan perilaku *hopelessness* dan teman dekat siswa, tidak ada orang lain yang mengetahuinya. Hal ini diketahui dari hasil wawancara dengan siswa KH. Siswa KH merupakan siswa yang melukai dirinya sendiri terkait dengan *hopelessness* yang dirasakannya.

Observasi yang dilakukan adalah observasi secara langsung dimana peneliti ikut serta dalam proses pembelajaran yang berlangsung di tiap harinya

Hasil penelitian yang telah disebutkan serta dijabarkan diatas, dapat disimpulkan sesuai dengan gejala atau bentuk perilaku *hopelessness* yang dikemukakan oleh Abramson (1989), yaitu; (1) Tidak memiliki gairah dan motivasi hidup, (2) Sedih berkepanjangan, (3) Apatitis, (4) Suasana hati yang buruk, (5) Gangguan tidur, (6) Sulit konsentrasi, (7) Tidak berenergi, (8) Bunuh diri (dalam hal ini ditunjukkan siswa dalam bentuk melukai diri sendiri).

B. Faktor Penyebab Perilaku *Hopelessness* Pada Siswa

Siswa dengan perilaku *hopelessness* memiliki faktor penyebab dari dalam diri serta dari luar dirinya. Faktor dari dalam diri diketahui melalui wawancara langsung pada siswa, sedangkan faktor dari luar diri diketahui melalui wawancara dengan siswa dan informan pendukung lainnya.

Dari hasil wawancara serta observasi yang telah dilaksanakan peneliti mengungkapkan beberapa faktor yang menjadi penyebab perilaku *hopelessness* pada siswa, yaitu diantaranya adalah :

1. Alasan siswa di tinggal pondok pesantren

Kedua subjek, baik siswa KH maupun FA memiliki alasan tersendiri saat memutuskan untuk tinggal dan menuntut ilmu di pondok pesantren. Dalam hal ini, KH yang diketahui telah tinggal di pondok dari saat ia duduk di bangku MTs (setara SMP) dan menyatakan bahwa siswa KH tidak meminta untuk tinggal di pondok. Melainkan orangtuanya yang meminta KH untuk belajar dan tinggal di pondok. Hal ini membuat siswa merasa terpaksa dan setengah hati untuk belajar dan tinggal di pondok pesantren. Dimana sesuai dengan yang KH kemukakan kurang menyenangkan dan cenderung membosankan. Ditambah lagi KH

merasa tidak bisa menemukan kenyamanan untuk tinggal di pondok, karena aktivitas, rutinitas, serta penghuni atau santri lain di pondok.

Sedangkan siswa FA diketahui tinggal di pondok dan belajar di pondok sedari duduk di bangku SMK. Serta ia menyatakan bahwa ia tinggal dan belajar di pondok merupakan permintaan dari kedua orang tuanya. Sama dengan siswa KH, siswa FA menyatakan bahwa ia merasa terpaksa dan setengah hati untuk tinggal dan belajar di pondok. Selain itu, rutinitas dan terbatasnya akses untuk komunikasi keluar pondok membuat siswa FA kurang nyaman dan merasa tidak betah. Terlebih lagi, siswa FA kurang bisa menyesuaikan diri dengan aktivitas dan rutinitas pondok yang kontinu, sehingga hal-hal seperti itulah yang menyebabkan siswa FA merasa tertekan dan menunjukkan perilaku *hopelessness*.

2. Beban belajar, baik di sekolah maupun di pondok

Faktor penyebab perilaku *hopelessness* pada siswa selanjutnya ialah beban belajar siswa. Aktivitas santri tidak berhenti setelah jam belajar di sekolah usai. Siswa memiliki serangkaian kegiatan dan aktivitas di pondok yang tiap harinya dimulai pada pukul 03.00 dini hari hingga pukul 24.00. Hal ini, sesuai dengan pengakuan dari siswa KH maupun FA, membuat lelah baik secara fisik maupun batin. Dimana secara fisik kegiatan belajar di sekolah maupun di pondok sepulang sekolah membuat jam istirahat terbatas. Beban belajar santri saat di pondok ialah seperti *madrasah diniyah*. *Madrasah diniyah* adalah kegiatan belajar wajib bagi seluruh santri dimana yang dipelajari adalah berbagai macam pelajaran. Pelajaran yang dimaksud ialah seperti bahasa Arab, *fiqh*, kitab kuning, hafalan kitab dan lain-lain. *Madrasah diniyah* dilaksanakan selepas Maghrib hingga larut malam serta memiliki pekerjaan rumah layaknya sekolah formal di siang hari. Hal ini dirasa oleh siswa KH dan FA sangat menyita waktu yang cukup lama hingga larut malam tiap harinya. Lelah batin yang dialami oleh siswa, sesuai dengan pengakuan siswa KH dan FA, adalah seperti bosan dan tertekan karena target-target yang dipatok oleh pondok terkait dengan peningkatan belajar di pondok pesantren.

Terkait dengan pekerjaan tugas dan pekerjaan rumah yang diberikan guru di sekolah,

yang harus diselesaikan siswa saat berada di pondok. Dengan terbatasnya pula peralatan kecakapan kejuruan siswa di pondok, serta tidak luasnya siswa mencari bahan atau materi di luar pondok semakin membuat siswa frustrasi dan tertekan. Dengan tuntutan dan kewajiban menyelesaikan tugas dari sekolah yang tidak disertai dengan keleluasaan atas fasilitas maupun koneksi keluar pondok membuat siswa KH dan FA merasa terbebani dan merasa tertekan akan hal itu.

Ditambah pula, dengan dilarangnya siswa membawa alat komunikasi dan terbatasnya akses komunikasi seperti media elektronik, cetak, maupun media sosial lain seperti internet membuat siswa semakin tertekan. Hal-hal remeh dan sering dianggap kurang penting, nyatanya memberikan dampak dan pengaruh bagi aspek *hopelessness* siswa. Sehingga, hal-hal yang terkait tersebut menjadi salah satu faktor siswa mengalami *hopelessness* dan menunjukkan perilaku *hopelessness* saat berada di sekolah maupun di tempat lain, dalam hal ini di lingkungan pondok pesantren.

3. Ketidakmampuan Bersosialisasi

Hasil observasi serta hasil wawancara dengan informan pendukung menunjukkan hasil yang menyebutkan bahwa kedua siswa dengan perilaku *hopelessness* memiliki kemampuan sosialisasi dengan lingkungan yang rendah. Hal ini ditunjukkan dengan kecenderungan siswa dekat dengan hanya satu atau dua orang teman saja di kelas dan kurang membuka diri dengan orang lain. Hal ini juga dibenarkan oleh informan pendukung seperti wali kelas dan guru BK.

Siswa KH dan FA nampak terisolasi dari kelompok/kelasnya dan kurang membaur dengan lingkungan sekitarnya. Kedua siswa tersebut lebih sering nampak sendiri atau dengan satu atau dua orang teman saja. Kurang bersosialisasi dalam hal ini diperkuat dengan nampak sulitnya siswa untuk memulai komunikasi dan hubungan dengan orang lain selain orang-orang yang telah dikenal oleh siswa tersebut. Kemampuan bersosialisasi kedua siswa tersebut yang rendah membuat siswa menjadi sulit untuk menjadi bagian dari lingkungan dan kelompok.

Dari hasil observasi dan wawancara tersebut diketahui bahwa dengan kemampuan bersosialisasi siswa KH dan FA yang rendah menjadi salah satu faktor penyebab siswa

mengalami *hopelessness*, dimana sesuai dengan teori *hopelessness* Abramson, diketahui bahwa dengan tidak adanya orang lain yang mendukung atau menjadi penguat siswa selama mengalami *hopelessness* akan semakin memperparah *hopelessness* itu sendiri.

4. Siswa cenderung tertutup

Dari kegiatan observasi yang telah dilaksanakan diketahui bahwa siswa nampak lebih tertutup dari teman-temannya. Hal ini dibuktikan dengan kurang terlihatnya siswa berinteraksi dengan teman sebayanya layaknya remaja pada umumnya. Interaksi yang ditunjukkan siswa hanya sebatas interaksi formal di kelas. Kedua siswa, KH dan FA nampak tidak menarik diri dari lingkungan pergaulan di kelas dan di luar kelas.

Tertutupnya siswa tersebut sesuai dengan gejala *hopelessness* dan ciri perilaku *hopelessness* dalam teori Abramson. Sehingga cenderung tertutupnya siswa kepada orang lain pun menjadi faktor penguat munculnya perilaku *hopelessness* pada siswa.

5. Ketidakmampuan Mengekspresikan Perasaan

Sesuai dengan faktor penyebab yang telah disebutkan pada poin sebelumnya, yaitu tertutupnya siswa terhadap lingkungannya, menegaskan pula bahwa siswa kurang mampu menunjukkan apa yang ia rasakan, alami, dan jalani. Sehingga hal ini menyulitkan orang-orang di sekitarnya untuk menyadarinya dan memberikan bantuan jalan keluar.

Dari hasil observasi diketahui pula bahwa siswa terkesan nampak menutupi dan kurang mengekspresikan secara jelas apa yang ia rasakan. Hal ini menjadi salah satu indikasi bahwa siswa memiliki stressor yang membuatnya makin terjerumus pada kondisi *hopelessness*. Sehingga hal ini menjadi faktor yang amat mempengaruhi munculnya perilaku *hopelessness* pada siswa.

Melalui hasil observasi serta wawancara yang telah dijabarkan diketahui bahwa terdapat beberapa faktor yang menjadi penyebab siswa mengalami *hopelessness* dan menunjukkan perilaku *hopelessness*. Dari situ diketahui pula bahwa faktor yang mempengaruhi muncul dari dalam diri siswa itu sendiri serta dari luar diri. Dimana faktor-faktor tersebut saling mempengaruhi satu sama lain dan menguatkan munculnya perilaku *hopelessness* siswa itu.

Dengan adanya faktor-faktor penyebab *hopelessness* dan munculnya perilaku *hopelessness* tersebut sejalan dengan teori perilaku Kurt Lewin. Disebutkan dalam teori perilaku bahwa perilaku adalah fungsi karakteristik individu dan lingkungan.

Karakteristik individu yang dimaksud ialah berbagai variabel, seperti motif, nilai-nilai, sifat/kepribadian, dan sikap saling berinteraksi satu sama lain, dan kemudian berinteraksi pula dengan faktor-faktor lingkungan dalam menentukan perilaku.

Faktor-faktor lingkungan memiliki pengaruh yang besar terhadap perilaku, bahkan kadang pengaruhnya melebihi karakteristik individu itu sendiri, hal ini yang membuat prediksi perilaku individu menjadi lebih kompleks.

Dari teori *hopelessness* Abramson diketahui bahwa terdapat faktor yang mempengaruhi munculnya *hopelessness* ialah yang pertama yaitu kestabilan berpikir, dimana dalam hal ini siswa menunjukkan kestabilan berpikir dengan terus memikirkan kesulitan yang dihadapinya. kestabilan berpikir yang ditunjukkan oleh individu atau dalam hal ini siswa KH dan FA, menunjukkan bahwa kestabilan berpikir tersebut ditunjukkan dalam bentuk perilaku. Hal ini berkaitan dengan faktor atau latar belakang perilaku yang disebutkan dalam teori perilaku Kurt Lewin.

C. Penanganan Terhadap Perilaku *Hopelessness* Pada Siswa

1. Pemberian Perhatian

Dari hasil wawancara dengan guru BK, diketahui bahwa bentuk pemberian perhatian kepada siswa merupakan tindakan paling sederhana pada kedua siswa, yaitu KH dan FA. Mengingat bahwa kedua siswa tersebut merupakan santri di pondok pesantren, sehingga dengan memberi perhatian lebih diharap dapat membuat siswa merasa nyaman. Lebih lanjut lagi, dengan memberi perhatian tidak serta merta membantu siswa terlepas dari *hopelessness* dan mengurangi perilaku yang ditunjukkan, akan tetapi, diharapkan siswa merasa nyaman dan lebih lanjut lagi mau membuka diri dan membangun komunikasi dengan guru maupun dengan pihak pondok.

2. Pemberian Pengertian

Tindakan penanganan selanjutnya ialah dengan memberi pengertian. Dalam hal ini yang

meberi pengertian kepada siswa adalah guru wali kelas siswa. Sejauh kegiatan observasi berlangsung, wali kelas siswa nampak sabar dan tenang dalam menghadapi siswanya dan dalam membangun hubungan dan mencoba mengajak komunikasi siswa.

Lebih lanjut lagi, dengan memberi pengertian melalui obrolan singkat di sela pelajaran, wali kelas berharap mampu sedikit mengetahui permasalahan yang dihadapi siswa dan menyebabkan siswa menunjukkan perilaku demikian. Pemberian yang dimaksud ialah dengan mengajak siswa mengobrol singkat di sela pelajaran, menegur siswa, dan menanyakan kesulitan siswa selama ini. Hal ini diakui oleh wali kelas dirasa kurang pas dan kurang mantap karena belum bisa menggali secara keseluruhan permasalahan yang sebenarnya yang dialami siswa.

Lebih lanjut lagi, guru BK mengakui keterbatasan pengetahuan dan pengalaman mengenai bimbingan dan konseling menjadi alasan. Hal ini menyebabkan pendekatan ke-BK-an masih kurang. Sehingga pendekatan terhadap siswa masih terbatas dan kurang menyeluruh.

3. Komunikasi dengan siswa

Tindakan selanjutnya ialah dengan membangun komunikasi dengan siswa. Dalam hal ini siswa KH maupun siswa FA, diajak berkomunikasi atau berbicara mengenai kesulitan serta apa saja yang menjadi penghalangnya untuk belajar dan menerima pelajaran baik di sekolah maupun di pondok. Dengan tindakan penanganan ini diharap siswa menjadi lebih terbantu dan mampu mengatasi *hopelessness*-nya dan mengurangi perilaku *hopelessness*-nya.

Berdasarkan hasil observasi di kelas, wali kelas nampak telah mencoba membangun hubungan dan komunikasi yang baik dengan siswa. Meski masih terbatas pada saat jam pelajaran berlangsung hal ini dirasa sedikit lebih baik, baik bagi siswa maupun bagi guru. Karena dengan demikian akan terbentuk suatu komunikasi yang mana akan mengantarkan kedua pihak pada suatu pemahaman baru.

Lebih lanjut lagi, melalui hasil wawancara diketahui bahwa tindakan penanganan lain adalah dengan komunikasi dengan siswa. Mengajak siswa mengobrol santai guna menggali informasi secara mendalam dan menyeluruh. Sehingga pada akhirnya dapat

memecahkan permasalahan dari siswa itu sendiri.

4. Komunikasi Dengan Pondok Pesantren

Penanganan lainnya ialah dengan membangun komunikasi dengan pihak pondok. Dimana dalam hal ini dibangun kerjasama dengan pondok pesantren. Hal ini bertujuan untuk membentuk suasana kondusif yang mendukung siswa serta santri secara umum untuk belajar.

Sehingga perilaku *hopelessness* pada siswa bisa berkurang dan terbantu. Hal ini merupakan langkah penanganan yang kolaboratif, mengingat siswa dengan *hopelessness* tersebut merupakan santri di pondok pesantren.

Melalui hasil wawancara dengan guru BK dan kepala SMK Daruttaqwa, diketahui bahwa melalui cara kolaboratif seperti itu akan sedikit membantu siswa dari dua sisi, yaitu dari sekolah dan pondok.

Walaupun di sisi lain, diakui pula sekali lagi oleh guru BK dan kepala sekolah cara ini masih kurang maksimal dalam membantu mengatasi permasalahan siswa, akan tetapi tetap diharapkan dapat membantu siswa, atau setidaknya meredakan masalah tersebut dan mencegah perkembangan masalah ke arah yang tidak diinginkan.

PENUTUP

Simpulan

Diperoleh kesimpulan antara lain sebagai berikut :

1. Bentuk-bentuk Perilaku *Hopelessness* yang Ditunjukkan Oleh Siswa di SMK Daruttaqwa, Gresik

Bentuk perilaku *hopelessness* yang ditunjukkan oleh siswa, baik yang ditunjukkan di dalam maupun luar kelas dapat mempengaruhi kegiatan belajar siswa maupun orang lain di sekitarnya. Dalam hal ini, hal ini berkaitan dengan bidang bimbingan dan konseling yaitu bimbingan pribadi, sosial, serta belajar. Dimana dalam hal ini bidang-bidang tersebut berkaitan satu sama lain. Mengingat siswa berada kelompok usia remaja yang rentan terhadap pengaruh dari luar diri serta gejolak pencarian jati diri dari dalam siswa itu sendiri, maka siswa dirasa amat membutuhkan bantuan dari bidang bimbingan dan konseling, mengingat pula bahwa *hopelessness* dan perilaku *hopelessness* itu sendiri merupakan hal yang serius dan membutuhkan bantuan agar dapat tertangani dan teratasi dengan baik dan benar.

Terkait dengan hal tersebut, diketahui bahwa bentuk perilaku yang ditunjukkan oleh siswa, antara lain:

- sulit berkonsentrasi
- bermalas-malasan
- tidur di kelas
- melamun
- gelisah
- lesu
- berbicara sendiri
- keluar dari kelas
- melukai diri sendiri

2. Faktor-faktor Penyebab Perilaku *Hopelessness*

Munculnya perilaku *hopelessness* utamanya disebabkan oleh adanya kondisi serta perasaan *hopelessness* oleh siswa itu sendiri. *Hopelessness* itu sendiri muncul dari beberapa faktor penyebab. Dalam hal ini, yang dialami dan menjadi faktor penyebab perilaku *hopelessness* pada siswa di SMK Daruttaqwa, Gresik. Adapun faktor-faktor penyebab tersebut antara lain:

- Alasan dibalik tinggalnya siswa di pondok pesantren
- Beban belajar, baik di sekolah maupun di pondok
- Ketidakmampuan Bersosialisasi
- Siswa cenderung tertutup
- ketidakmampuan mengekspresikan perasaan

3. Penanganan Terhadap Perilaku *Hopelessness* Siswa

Dalam hal ini penanganan amat dibutuhkan. Khususnya penanganan yang berkaitan dengan bidang bimbingan dan konseling. Melalui penelitian yang telah dilaksanakan diketahui bahwa penanganan yang diberikan masih kurang menyentuh bidang bimbingan dan konseling dan diberikan sesuai dengan kapasitas dan kemampuan dari guru di sekolah tersebut.

penanganan yang dimaksud antara lain:

- Pemberian Perhatian
- Pemberian Pengertian
- Komunikasi dengan siswa
- Komunikasi dengan pondok pesantren

DAFTAR PUSTAKA

- Abramson, Lyn Y., Alloy, Lauren B., & Metalsky, Gerald I. 1989, Vol. 96, No. 2, 358-372. *Hopelessness Depression: A Theory-Based Subtype of Depression*. American Psychological Association, Inc: America. (Journal)

- Alwisol. 2012. *Psikologi Kepribadian: Edisi Revisi*. Malang: UMM Press.
- Au Chung-Park. -. *Achievement Motivation: From the Perspective Learned Hopelessness*. Hong Kong Institute of Education: Hong Kong. (Journal)
- Azwar, Saifuddin. 2009. *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baran, Medine, Baran, Mukadder, & Maskan Abdulkadir. 2015, March, Vol. 6 No. 2S1.A *Study on Adolescent Students' Level of Hopelessness, Loneliness and Self Esteem: A Sample from Turkey*. Mediteranean Journal of Social Sciences: MCSER Publishing, Rome-Italy. (journal)
- Budi Purwoko dan Titin Indah Pratiwi. 2007. *Assesmen Psikologi Teknik Non Tes*. Surabaya: Unesa University Press.
- Butcher, James N.; Hooley, Susan; Mineka, Jill M.. 2010. *Abnormal Psychology: Fourteenth Edition*. California: University Of California- Los Angeles.
- Davison, Johnson, Kring, Neale. 2010. *Abnormal Psychology: Eleventh Edition*. California: University Of California- Los Angeles.
- Davison, Johnson, Kring, Neale. 2013. *Abnormal Psychology: Twelfth Edition*. California: University Of California- Los Angeles.
- D'Andrea, Michael J. dan Judy A. Daniels. 2001. *Multicultural Counseling*. USA: Brooks/Cole
- Hardjana. Agus M., 2009. *Religiositas, Agama, dan Spiritualitas*. Yogyakarta: Kanisius
- Hutapea, Bonar. 2014. *Stres Kehidupan, Religiusitas, dan Penyesuaian Diri Warga Indonesia sebagai Mahasiswa Internasional (Jurnal)*. Jakarta: Universitas Tarumanagara
- Koentjaraningrat. 1998. *Pengantar Ilmu Antropologi*. Jakarta: Aksara Baru.
- _____ 1998. *Pengantar Antropologi I*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Lewis, Judith A., dkk. 2011. *Community Counseling: A Multicultural-Social Justice Perspective (Fourth Edition)*. USA: Brooks/Cole.
- Mash, Eric J., Wolfe, David A., 2010. *Abnormal Child Psychology: Fourth Edition*. California: Wadsworth.
- Miles, Matthew B. & A. Michael Huberman. 1992. *Analisis Data Kualitatif (Terjemahan)*. Jakarta: UI-Press.
- Nata, A. (Editor). 2001. *Sejarah Pertumbuhan dan Perkembangan Lembaga-lembaga Pendidikan Islam di Indonesia*. Jakarta: PT. Grasindo.
- No Name. No Year. *Theories About The Causes Of Depression*.(journal)
- Riza Amalia. 2012. *Terapi Eksistensial Humanistik Dalam Mengatasi Siswa Putus Asa (Studi Kasus Siswa IX Di Madrasah Tsanawiyah Negeri Sidoarjo)*. Surabaya: UINSA. (Skripsi)
- Sue, Derald Wing, dkk. 1991. *Multicultural Counseling Competencies and Standards: A Call to the Profession*. (Journal)
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta
- Sulthon, Dr. H.M. dan Khusnuridlo, Dr. Moh. 2006. *Manajemen Pondok Pesantren dalam Perspektif Global*. Yogyakarta: Laksbang Pressindo.
- Widayati, Sri Wahyu, dkk. 2008. *Ilmu Sosial Budaya Dasar*. Surabaya: Unesa University Press.