

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori Dasar

1. Penerapan Kurikulum Merdeka Belajar

a. Pengertian Merdeka Belajar

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) baru-baru ini meluncurkan program kebijakan baru yang dikenal sebagai Merdeka Belajar, yang diperkenalkan oleh Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, Nadiem Makarim. Implementasi kebijakan belajar mandiri merupakan reformasi pendidikan yang sangat penting yang bertujuan untuk menumbuhkan sumber daya manusia yang luar biasa di Indonesia dan menumbuhkan Profil Siswa Pancasila. Gagasan belajar mandiri sejalan dengan prinsip-prinsip Ki Hajar Dewantara, yang menekankan kebebasan untuk memperoleh pengetahuan dari lingkungan sekitar, sehingga menumbuhkan watak mandiri. Kebijakan Merdeka Belajar, yang diperkenalkan oleh Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi, Nadiem Makarim Anwar (yang juga dikenal sebagai Mas Menteri), bertujuan untuk memberikan kebebasan kepada satuan pendidikan untuk berinovasi dengan tetap mengakomodasi faktor sosial-ekonomi, budaya, dan infrastruktur yang mempengaruhi proses belajar mengajar.

Konsep pembelajaran dilihat dari sudut pandang agama Islam tak lain adalah upaya meletakkan manusia sebagai makhluk yang dilahirkan dalam keadaan fitrah atau suci, Allah memberi potensi yang bersifat jasmani dan rohani didalamnya terdapat bakat untuk belajar dan mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi untuk kemaslahatan umat manusia (Ihsan El Khuluqo, 2017: 92). Al-Quran menjelaskan juga mengenai belajar dalam surah QS Al-Alaq ayat 1 - 5:

اقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ ۝ ١ خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ ۝ ٢ اقْرَأْ وَرَبُّكَ
الْأَكْرَمُ ۝ ٣ الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ ۝ ٤ عَلَّمَ الْإِنْسَانَ
مَا لَمْ يَعْلَمْ ۞

Artinya : *Bacalah dengan menyebut nama Tuhan yang menciptakan, Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah. Bacalah, dan Tuhanmulah yang Maha Pemurah, yang Maha mengajar (manusia) dengan perantara kalam. Dan mengajarkan kepada manusia apa yang tidak diketahuinya*”.

Dari ayat diatas, dapat dikatakan bahwa pesan antologis tentang belajar dan pembelajaran. Mengindikasi bahwa dalam proses belajar dan pembelajaran dituntut adanya usaha yang maksimal dan memfungsikan segala komponen berupa alat-alat potensial yang ada pada diri manusia (M. Quraish Shihab, 1992:103). Belajar merupakan proses dasar dari perkembangan hidup manusia, manusia melakukan perubahan-perubahan sehingga tingkah lakunya berkembang. Semua aktifitas dan pencapaian hidup manusia tidak lain adalah hasil dari belajar seseorang yang hidup dan berkerja menurut yang dipelajarinya. Belajar bukan hanya sekedar pengalaman, belajar adalah suatu proses, bukan suatu hasil. Oleh karena itu, belajar berlangsung aktif dan integrative dengan menggunakan berbagai bentuk perbuatan untuk mencapai hasil (Nurul Hidayah, 2016: 21).

Merdeka Belajar menjadi konsep pendidikan yang secara perlahan sedang dalam fase permulaan. Pandemi Covid-19 telah mengharuskan adopsi pendidikan daring di Indonesia, dengan fokus pada pembelajaran berbasis jaringan. Pada Era Revolusi Industri 4.0 kebutuhan pendidikan tidak hanya menjadikan peserta didik sebagai *passive learner* (Titi Kurniati dkk, 2021: 187).

Konsep Merdeka Belajar yang diusung pemerintah memiliki fokus yang jelas dan relevan dengan pendidikan 4.0 yaitu dalam hal berikut:

1) Pengembangan Pola Pikir

Pengembangan tersebut yaitu dengan berfokus pada pengembangan kemampuan kognitif siswa untuk mampu menganalisis sesuatu dengan baik. Kemampuan tersebut yang dibutuhkan siswa untuk dapat mengambil keputusan dalam penyelesaian masalah, terlebih apabila suatu saat masuk ke dunia industri 4.0 yang berbasis data *technology*.

2) Inovasi di Tingkat Pendidikan

Inovasi tersebut yang menjadi salah satu pokok dari konsep Merdeka Belajar dengan mengubah penilaian dari UN menjadi portofolio. Hal tersebut agar siswa tidak hanya menghafal materi namun mampu mengaplikasikan pengetahuannya sehingga terbentuklah siswa yang mampu berinovasi dalam menyelesaikan permasalahan.

3) Pemerataan Kualitas Pendidikan hingga ke 3T

Dengan melalui Merdeka Belajar harapannya kualitas pendidikan akan merata hingga ke daerah 3T (Terdepan, Terluar, Tertinggal). Kualitas pendidikan yang merata menjadi penentu keberhasilan Sumber Daya Manusia dalam menghadapi persaingan industri 4.0. Inti dari gagasan ini adalah bahwa Merdeka Belajar bertujuan untuk memfasilitasi eksplorasi potensi terbaik dari para pendidik dan siswa untuk berinovasi, sehingga meningkatkan kualitas pembelajaran mandiri. Alasannya adalah bahwa teknologi hanya berfungsi sebagai alat bantu bagi para pendidik untuk meningkatkan kemampuan mereka, dan bukan sebagai pengganti.

Implementasi kebijakan Merdeka Belajar yang optimal dapat melibatkan peningkatan kompetensi kepemimpinan,

membina kolaborasi di antara elemen masyarakat dan kelompok budaya, meningkatkan infrastruktur pendidikan dan memanfaatkan teknologi di unit pendidikan, serta menyempurnakan kurikulum, pedagogi, dan penilaian.

Konsep Merdeka Belajar bukanlah visi yang baru dalam dunia pendidikan Indonesia, karena sebelumnya telah dicetuskan oleh Ki Hajar Dewantara, yang secara luas dianggap sebagai Bapak Pendidikan Indonesia. Pencapaian kemerdekaan merupakan tujuan mendasar sekaligus paradigma pendidikan yang harus dipahami oleh semua pemangku kepentingan pendidikan. Kemerdekaan belajar memuat pembelajaran yang memerdekakan pendidikan yang berorientasi pada pengembangan kompetensi siswa. Selain itu, guru sebagai tenaga pendidik juga dapat meningkatkan kreativitas dalam kinerjanya secara optimal dengan menggunakan fasilitas digital yang memadai

Pembelajaran pada konsep merdeka belajar adalah pembelajaran yang merdeka, sesuai kodrat anak, dan sesuai kodrat zaman. Dengan kata lain, filosofi Merdeka Belajar merupakan konsep pembelajaran sepanjang hayat (*lifelong learning*), pembelajaran mandiri (*self regulated learning*), dan perkembangan pola pikir (*growth mindset*).

Diantara kebijakan pokok yang terdapat pada kebijakan merdeka belajar yaitu:

a) Asesmen Kompetensi sebagai USBN

Ujian Sekolah Berstandar Nasional (USBN) diganti untuk mengembalikan esensi semangat Undang-Undang (UU) Sisdiknas yaitu evaluasi dilakukan oleh guru dan sekolah menyelenggarakan kelulusannya sendiri melalui suatu penilaian yang tetap mengikuti kompetensi-kompetensi dasar yang ada di kurikulum. Sekolah

memiliki keleluasaan dalam menentukan sistem penilaiannya sendiri, seperti dalam bentuk karya tulis, portofolio, maupun penugasan lainnya.

b) Asesmen Kompetensi Minimum dan Survei Karakter sebagai pengganti UN

Asesmen Kompetensi Minimum dan Survei Karakter yang merupakan arah kebijakan baru yang terdiri atas literasi, numerasi, dan karakter. Dengan Asesmen Kompetensi Minimum sekolah-sekolah di berbagai daerah dapat dipetakan berdasarkan kompetensi minimum. Dalam aspek kognitif, terdapat dua buah materi yaitu literasi dan numerasi. Pertama, kemampuan literasi merupakan kemampuan dalam menganalisis dan memahami konsep yang ada. Jadi, kemampuan literasi tidak hanya diukur berdasarkan kemampuan membaca tetapi juga dinilai berdasarkan kemampuan memahami dan menganalisis dari teks yang dibaca. Kedua, kemampuan numerasi adalah kemampuan peserta didik dalam melakukan analisis yang menggunakan angka. Pada dasarnya kemampuan literasi dan numerasi ini tidak hanya kemampuan peserta didik dalam membaca dan menghitung, melainkan kemampuan peserta didik dalam memahami konsep dan menganalisis suatu materi.

Sedangkan survei karakter digunakan untuk mengetahui bagaimana karakter anak di sekolah. Misalnya menilai bagaimana implementasi gotong royong di sekolah, bagaimana tingkat toleransi antar peserta didik, serta ada tidaknya bullying di sekolah.

c) Penyederhanaan RPP

Esensi dari Lesson Plan atau Rencana Pelaksanaan Pembelajaran yang ditulis oleh guru adalah proses refleksi

setelah diterapkan pada pembelajaran di kelas. Sebelumnya, pada RPP terdapat 13 komponen yang cukup padat dan menjadi beban bagi guru. Pada Kurikulum Merdeka hal tersebut disederhanakan menjadi tiga komponen inti yaitu tujuan pembelajaran, kegiatan pembelajaran, dan asesmen pembelajaran.

- d) Peraturan Penerimaan Peserta Didik Baru (PPDB) Zonasi yang dibuat lebih fleksibel.

Tidak semua daerah siap untuk menerapkan zonasi karena mengalami beberapa kesulitan. Zonasi tidak hanya terkait pemerataan siswa dalam menerima pendidikan, tetapi juga untuk mengakomodasi perbedaan situasi di berbagai daerah.

Ke depannya, Penerimaan Peserta Didik Baru (PPDB) akan tetap menggunakan sistem zonasi yang lebih luas dan mudah beradaptasi untuk mengatasi kesenjangan akses melalui modifikasi kondisi daerah. Selanjutnya, kewenangan untuk menetapkan zonasi di wilayah masing-masing akan diserahkan kepada pemerintah daerah (Rendika Vhalery dkk, 2022: 188).

b. Penerapan Kurikulum Merdeka

Secara sederhana definisi implementasi sebagaimana disebutkan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah pelaksanaan atau penerapan. Istilah "implementasi" dapat didefinisikan sebagai suatu tindakan untuk memberlakukan berbagai konsep atau kebijakan dalam suatu tindakan nyata sehingga menghasilkan nilai, pengetahuan, dan keterampilan. Secara singkat, implementasi mengacu pada proses menjalankan suatu kegiatan untuk mencapai tujuan tertentu dalam jangka waktu tertentu.

Kurikulum berkembang beriringan dengan perkembangan praktik pendidikan. Pada mulanya kurikulum lebih menekankan pada isi berupa kumpulan mata pelajaran yang diperoleh peserta didik dari guru. Namun selanjutnya banyak pendapat yang lebih menekankan kurikulum pada pengalaman belajar sebagaimana yang disebutkan Caswel dan Campbell dalam buku mereka Curriculum development bahwa kurikulum terdiri atas semua pengalaman yang dimiliki peserta didik dengan bimbingan guru.

Semenjak adanya Pandemi Covid 19, banyak sektor kehidupan yang mengalami hambatan seperti sektor sosial, perekonomian, bahkan pendidikan. Hal tersebut berpengaruh pada sistem pembelajaran dalam pendidikan Indonesia yang mengalami perubahan. Pemerintah melakukan perubahan system pendidikan melalui penerapan kebijakan Merdeka Belajar. Merdeka belajar menjadi kebijakan yang diluncurkan oleh Mendikbudristek, Nadiem Makarim yang memiliki konsep aktivitas pengalaman langsung dan kemampuan yang tepat guna.

Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi (Kemendikbudristek) telah mengembangkan Kurikulum Merdeka sebagai solusi potensial untuk pemulihan pendidikan. Sebuah kebijakan mengenai pembuatan kurikulum mandiri telah dikeluarkan oleh Kemendikbudristek. Opsi kebijakan pengembangan kurikulum Merdeka tersebut diberikan kepada satuan pendidikan sebagai upaya tambahan untuk pemulihan krisis pembelajaran selama 2022-2024 sebagai dampak dari adanya COVID-19. Pada masa sebelum dan saat adanya pandemi COVID 19, Kemendikbudristek menerbitkan kebijakan untuk penggunaan Kurikulum 2013 serta penyederhanaan Kurikulum 2013 menjadi kurikulum darurat yang diharapkan memberikan kemudahan bagi satuan pendidikan dalam mengelola pelaksanaan pembelajaran dengan isi materi yang esensial.

Program Merdeka Belajar mencakup beberapa konsep utama, seperti fleksibilitas pembelajaran dalam konteks temporal dan spasial yang beragam, kebebasan memilih, pendekatan berorientasi proyek, imersi lapangan, instruksi individual, dan analisis data. Implementasi Merdeka Belajar diharapkan dapat meningkatkan lingkungan pedagogis, sehingga lebih menarik bagi siswa. Pendekatan ini memungkinkan siswa untuk menyesuaikan pemahaman mereka terhadap materi pelajaran dengan bakat mereka masing-masing, daripada memaksakan standar seragam yang mungkin tidak sesuai dengan kemampuan mereka.

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan telah menyusun kebijakan yang memungkinkan sekolah-sekolah yang tidak siap untuk mengadopsi Kurikulum Merdeka untuk menggunakan Kurikulum 2013 atau Kurikulum Darurat, sebuah versi modifikasi dari Kurikulum 2013, sebagai kerangka kerja pendidikan yang diterapkan oleh masing-masing lembaga pendidikan. Proses penerapan Kurikulum Merdeka, yang tetap menjadi salah satu opsi pelaksanaan pembelajaran bagi satuan pendidikan, melibatkan pengumpulan data untuk menilai kesiapan satuan pendidikan dalam mengimplementasikan kurikulum tersebut.

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan telah memberikan otonomi kepada satuan pendidikan untuk memilih pendekatan yang mereka sukai dalam mengimplementasikan Kurikulum Merdeka sejak awal. Keputusan ini didasarkan pada Kuesioner Kesiapan Implementasi Kurikulum Merdeka (IKM), yang berfungsi sebagai tolok ukur untuk mengevaluasi kesiapan guru dan tenaga kependidikan. Implementasi Kurikulum Merdeka menawarkan tiga pilihan yang berbeda, yaitu Merdeka Belajar, Merdeka Berubah, dan Merdeka Berbagi.

1) Mandiri Belajar

Implementasi Kurikulum Merdeka di satuan pendidikan PAUD untuk kelas 1, 4, 7, dan 10 dapat dicapai melalui penerapan Pembelajaran Mandiri. Pendekatan ini memungkinkan penggabungan beberapa komponen dan prinsip-prinsip Kurikulum Merdeka tanpa harus mengganti secara total kurikulum satuan pendidikan yang ada.

2) Mandiri Berubah

Pendekatan Perubahan Mandiri menawarkan kesempatan kepada satuan pendidikan untuk melakukan fleksibilitas dalam penerapan Kurikulum Merdeka. Hal ini dicapai melalui pemanfaatan perangkat pembelajaran yang telah dirancang khusus untuk satuan pendidikan PAUD yang melayani siswa kelas 1, 4, 7, dan 10.

3) Mandiri Berbagi

Program Berbagi Mandiri menawarkan kesempatan kepada lembaga pendidikan untuk melakukan fleksibilitas dalam implementasi Kurikulum Merdeka. Hal ini dicapai melalui pengembangan beragam alat peraga yang dapat digunakan secara mandiri oleh satuan pendidikan PAUD di kelas 1, 4, 7, dan 10. (Sukirno, 2023;225).

c. Konsep Merdeka Belajar di SD/MI

Pembelajaran Merdeka diharapkan dapat menjadi solusi dan cetak biru untuk meningkatkan masa depan pendidikan dalam konteks Sekolah Dasar atau Madrasah Ibtidaiyah. Sesuai dengan Undang-Undang Dasar 1945, pendidikan dasar berkaitan dengan upaya yang bertujuan untuk mendidik dan menanamkan rasa pengabdian, kecintaan, dan kebanggaan terhadap bangsa dan negara. Selain itu, pendidikan ini juga bertujuan untuk menumbuhkan sikap yang cakap, berbudi pekerti luhur, serta menumbuhkan kreativitas dan kemampuan memecahkan masalah di lingkungan sekitarnya.

Kurikulum Pembelajaran Merdeka adalah pendekatan pedagogis yang menggabungkan berbagai pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang komprehensif, serta kemahiran teknologi dan kemampuan literasi. Pendekatan ini memberdayakan siswa dengan otonomi untuk sepenuhnya menyadari potensi mereka dalam mengejar eksplorasi ilmiah. Kurikulum Merdeka telah diimplementasikan di sekolah dasar dengan tujuan untuk memperluas cakupan hasil pembelajaran di luar fokus tradisional pada membaca dan menulis.

Sistem pendidikan dasar telah mengalami berbagai modifikasi struktural, terutama dalam domain Ilmu Pengetahuan Alam dan Ilmu Pengetahuan Sosial, yang telah digabungkan ke dalam IPAS.

Modifikasi tambahan berkaitan dengan pembelajaran berbasis proyek, yang melibatkan pengejaran kontekstual kooperatif dengan fokus pada penyelesaian masalah atau menghasilkan karya. Kurikulum Merdeka menggabungkan pendidikan olahraga dan seni dengan fokus pada kebugaran fisik dan ekspresi kreatif untuk mengembangkan kepekaan artistik. Selain itu, Kurikulum Merdeka untuk pendidikan dasar mencakup bahasa Inggris sebagai mata pelajaran pilihan yang dapat ditawarkan oleh lembaga pendidikan yang memiliki sumber daya manusia yang memadai (Tri, 2022;361).

d. Tantangan Belajar

Tantangan atau hambatan adalah halangan yang menghalangi suatu proses dan membatasi optimalisasi hasil. Tantangan yang dihadapi dalam program Merdeka Belajar menghambat pengembangan pembelajaran sesuai dengan kompetensi yang diinginkan. Saat ini, tindakan memperoleh pengetahuan umumnya dianggap sebagai tugas yang dilakukan oleh siswa, sedangkan tindakan memberikan pengetahuan biasanya dikaitkan dengan

guru. Pendidikan adalah kegiatan yang luas dan abstrak yang mencakup banyak faktor. Esensi mendasar dari pendidikan terletak pada "kegiatan belajar siswa," di mana pendidikan memfasilitasi pembelajaran siswa, dan setiap hambatan terhadap kegiatan ini dianggap sebagai hambatan pendidikan.

Diantara tantangan dalam program Merdeka Belajar khususnya bagi guru adalah:

1) Kurangnya pengalaman tentang program Merdeka Belajar

Minimnya pengalaman tentang program Merdeka Belajar menjadi hambatan utama bagi personal guru. Hal tersebut dikarenakan guru tidak memiliki pengalaman mengajar dengan Program Merdeka Belajar tersebut sehingga masih harus mendalami hal-hal terkait Merdeka Belajar baik melalui pelatihan-pelatihan maupun dari literasi.

2) Keterampilan mengajar

Keterampilan mengajar sesuai dengan program Merdeka Belajar adalah memberikan kebebasan kepada siswa untuk berargumen dan berpikir tingkat tinggi diantaranya melalui soal HOTS. Guru harus mengubah cara mengajar agar yang tadinya peserta didik masih bersikap pasif atau hanya terbiasa mendengarkan penjelasan guru menjadi peserta didik yang aktif dalam berargumentasi. Oleh karena itu, guru harus meningkatkan kemampuannya dalam mengajar dengan mengupgrade beberapa keterampilan diantaranya membuka-menutup pembelajaran, bertanya, memberikan penguatan, dan mengadakan variasi pembelajaran.

3) Keterbatasan referensi

Dalam penyampaian materi, tantangan yang dihadapi guru adalah referensi yang terbatas baik dalam bentuk teks pelajaran maupun buku guru. Hal tersebut menyebabkan guru kesulitan dalam memfasilitasi pembelajaran yang efektif untuk

siswa karena minim dalam memperoleh rujukan penyampaian materi.

4) Fasilitas dan Kualitas Guru yang masih minim

Penyediaan fasilitas belajar yang memadai merupakan faktor penting yang secara signifikan berdampak pada keberhasilan proses pembelajaran. Ada kekhawatiran bahwa implementasi program Merdeka Belajar dapat menyebabkan ketidaksetaraan pendidikan, karena sekolah-sekolah tertentu mungkin tidak memiliki sumber daya dan personil yang diperlukan untuk berpartisipasi secara efektif dalam program ini. Hal ini dapat terlihat dari fasilitas sekolah yang tidak memadai dan kualitas guru yang kurang optimal. (Rozalena, dkk, 2017;173).

2. Psikososial

a. Pengertian Psikososial

Psikososial (*Psychosocial*) adalah hubungan antara kesehatan mental atau emosional seseorang dengan kondisi sosialnya (Rohayati, 2021; 214). Istilah psikososial merupakan gabungan antara psikologis dan sosial. Hubungan dinamis antara aspek psikologi dan sosial, dimana masing-masing saling berinteraksi dan mempengaruhi secara berkelanjutan. Dengan demikian, pengertian perkembangan psikososial adalah perkembangan yang berkaitan dengan emosi atau mental seseorang dalam berhubungan dengan orang lain (Sumanto, 2014;36).

Usia sekolah dasar terjadi pada tahap *industry vs inferiority*, tahap *industry* disebut dengan rasa percaya diri sedangkan *inferiority* disebut dengan rasa rendah diri. Dimana dalam perkembangan ini ditandai dengan kecakapan anak untuk menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan, memiliki rasa saing, suka berkelompok, dan terlibat dalam kelompoknya. Jika anak tidak dapat melalui masa-masa perkembangan tersebut dengan baik maka dapat menyebabkan beberapa digresi perilaku yang

terjadi seperti, merasa enggan untuk menyelesaikan tugas, melawan orang tua, tidak memiliki kemauan untuk bersaing dengan temannya, malas, enggan untuk bergabung bersama kelompok, dan cenderung lebih suka menyendiri, faktor-faktor tersebut pada akhirnya dapat menyebabkan peserta didik memiliki rasa rendah diri.

Banyak teori mengenai perkembangan psikososial, yang paling banyak dianut adalah teori psikososial dari Erik Erikson. Teori psikososial dari Erik Erikson meliputi delapan tahap yang saling berurutan sepanjang hidup. Hasil dari tiap tahap tergantung dari hasil tahapan sebelumnya, dan resolusi yang sukses dari tiap krisis ego adalah penting bagi individu untuk dapat tumbuh secara optimal. Ego harus mengembangkan kesanggupan yang berbeda untuk mengatasi tiap tuntutan penyesuaian dari masyarakat

b. Teori Psikososial

Psikososial sebagai pendekatan multidimensional telah melahirkan sejumlah teori dari para tokoh psikologi perkembangan dan sosial. Teori-teori ini tidak hanya menjelaskan bagaimana individu berkembang dalam aspek kejiwaan, tetapi juga bagaimana interaksi sosial memengaruhi perkembangan tersebut. Berikut beberapa teori psikososial yang berpengaruh:

1) Teori Perkembangan Psikososial oleh Erik H. Erikson

Erikson mengembangkan teori perkembangan psikososial yang terkenal dengan delapan tahap perkembangan, mulai dari masa bayi hingga usia lanjut. Setiap tahap perkembangan memiliki konflik yang harus diatasi untuk membentuk kepribadian yang sehat.

a) Tahap I : Trust versus Mistrust (0-1 tahun)

Dalam tahap ini, bayi berusaha keras untuk mendapatkan pengasuhan dan kehangatan, jika ibu berhasil memenuhi kebutuhan anaknya, sang anak akan

mengembangkan kemampuan untuk dapat mempercayai dan mengembangkan asa (*hope*). Jika krisis ego ini tidak pernah terselesaikan, individu tersebut akan mengalami kesulitan dalam membentuk rasa percaya dengan orang lain sepanjang hidupnya, selalu meyakinkan dirinya bahwa orang lain berusaha mengambil keuntungan dari dirinya.

b) Tahap II: Autonomy versus Shame and Doubt (1-3 tahun)

Dalam tahap ini, anak akan belajar bahwa dirinya memiliki kontrol atas tubuhnya. Orang tua seharusnya menuntun anaknya, mengajarkannya untuk mengontrol keinginan atau impuls-impulsnya, namun tidak dengan perlakuan yang kasar. Mereka melatih kehendak mereka, tepatnya otonomi. Harapan idealnya, anak bisa belajar menyesuaikan diri dengan aturan-aturan sosial tanpa banyak kehilangan pemahaman awal mereka mengenai otonomi, inilah resolusi yang diharapkan.

c) Tahap III : Initiative versus Guilt (3-6 tahun)

Pada periode inilah anak belajar bagaimana merencanakan dan melaksanakan tindakannya. Resolusi yang tidak berhasil dari tahapan ini akan membuat sang anak takut mengambil inisiatif atau membuat keputusan karena takut berbuat salah. Anak memiliki rasa percaya diri yang rendah dan tidak mau mengembangkan harapan-harapan ketika ia dewasa. Bila anak berhasil melewati masa ini dengan baik, maka keterampilan ego yang diperoleh adalah memiliki tujuan dalam hidupnya.

d) Tahap IV: Industry versus Inferiority (6-12 tahun)

Pada saat ini, anak-anak belajar untuk memperoleh kesenangan dan kepuasan dari menyelesaikan tugas khususnya tugas-tugas akademik. Penyelesaian yang

sukses pada tahapan ini akan menciptakan anak yang dapat memecahkan masalah dan bangga akan prestasi yang diperoleh. Ketrampilan ego yang diperoleh adalah kompetensi. Di sisi lain, anak yang tidak mampu untuk menemukan solusi positif dan tidak mampu mencapai apa yang diraih teman-teman sebaya akan merasa inferior.

e) Tahap V : Identity versus Role Confusion (12-18 tahun)

Pada tahap ini, terjadi perubahan pada fisik dan jiwa di masa biologis seperti orang dewasa sehingga tampak adanya kontraindikasi bahwa di lain pihak ia dianggap dewasa tetapi di sisi lain ia dianggap belum dewasa. Tahap ini merupakan masa stansarisasi diri yaitu anak mencari identitas dalam bidang seksual, umur dan kegiatan. Peran orang tua sebagai sumber perlindungan dan nilai utama mulai menurun. Adapun peran kelompok atau teman sebaya tinggi.

f) Tahap VI : Intimacy versus Isolation (masa dewasa muda)

Dalam tahap ini, orang dewasa muda mempelajari cara berinteraksi dengan orang lain secara lebih mendalam. Ketidakmampuan untuk membentuk ikatan sosial yang kuat akan menciptakan rasa kesepian. Bila individu berhasil mengatasi krisis ini, maka keterampilan ego yang diperoleh adalah cinta.

g) Tahap VII : Generativity versus Stagnation (masa dewasa menengah)

Pada tahap ini, individu memberikan sesuatu kepada dunia sebagai balasan dari apa yang telah dunia berikan untuk dirinya, juga melakukan sesuatu yang dapat memastikan kelangsungan generasi penerus di masa depan. Ketidakmampuan untuk memiliki pandangan generatif akan menciptakan perasaan bahwa hidup ini

tidak berharga dan membosankan. Bila individu berhasil mengatasi krisis pada masa ini maka ketrampilan ego yang dimiliki adalah perhatian.

- h) Tahap VIII : Ego Integrity versus Despair (masa dewasa akhir)

Pada tahap usia lanjut ini, mereka juga dapat mengingat kembali masa lalu dan melihat makna, ketentraman dan integritas. Refleksi ke masa lalu itu terasa menyenangkan dan pencarian saat ini adalah untuk mengintegrasikan tujuan hidup yang telah dikejar selama bertahun-tahun. Kegagalan dalam melewati tahapan ini akan menyebabkan munculnya rasa putus asa.

Menurut Erik Erikson menjelaskan bahwa istilah psikososial dalam kaitannya dengan perkembangan manusia berarti bahwa tahap-tahap kehidupan seseorang dari lahir sampai mati dibentuk oleh pengaruh-pengaruh sosial yang berinteraksi dengan suatu organisme yang menjadi matang secara fisik dan psikologis (Immanuel dan Dylan, 2016;49). Tujuan utama dari orientasi psikososial dalam pekerjaan sosial adalah perubahan. Perubahan dalam diri individu, kelompok, keluarga, maupun situasi (Kusmawati, 2021;201).

2) Teori Sistem Ekologis oleh Bronfenbrenner

Teori ini menjelaskan bahwa perkembangan psikososial anak dipengaruhi oleh berbagai sistem lingkungan yang saling berinteraksi:

- a) Mikrosistem: keluarga, sekolah, teman sebaya
- b) Mesosistem: hubungan antara dua mikrosistem
- c) Eksosistem: lingkungan luar yang tidak langsung melibatkan anak (pekerjaan orang tua, kebijakan sekolah)
- d) Makrosistem: nilai budaya, norma sosial
- e) Kronosistem: perubahan waktu dan transisi hidup

Bronfenbrenner menekankan bahwa keseimbangan dan keterhubungan antar sistem ini sangat memengaruhi kesehatan psikososial individu (Bronfenbrenner, 2018:49).

3) Teori Sosial-Kognitif oleh Albert Bandura

Bandura menekankan bahwa perkembangan psikososial tidak hanya dipengaruhi oleh pengalaman langsung, tetapi juga melalui pengamatan terhadap perilaku orang lain (observational learning). Ia mengenalkan konsep self-efficacy, yaitu keyakinan diri seseorang bahwa ia mampu melakukan suatu tindakan.

Self-efficacy sangat penting dalam membentuk perilaku sosial dan emosional anak. Jika seseorang memiliki efikasi diri yang tinggi, ia lebih mampu menghadapi tekanan sosial dan membentuk hubungan sosial yang positif ((Bandura, 2017:104).

4) Teori Attachment oleh Jhon Bowlby dan Mary Ainsworth

Teori ini menjelaskan bahwa hubungan emosional awal antara anak dan pengasuh utama (biasanya ibu) membentuk dasar dari hubungan sosial selanjutnya. Attachment yang aman (*secure attachment*) akan menghasilkan individu yang memiliki kestabilan emosional dan keterampilan sosial yang baik.

Sebaliknya, anak yang mengalami insecure attachment cenderung mengalami kesulitan dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat di masa depan (Ainsworth, 2019:88)

5) Teori Humanistik oleh Carl Rogers

Rogers menekankan bahwa setiap individu memiliki potensi aktualisasi diri jika diberikan lingkungan sosial yang mendukung. Dalam konteks psikososial, Rogers berpendapat bahwa penerimaan tanpa syarat, empati, dan kejujuran dalam

interaksi sosial adalah syarat tumbuhnya kepribadian yang sehat.

Kesehatan psikososial terbentuk ketika individu merasa dirinya diterima dan dihargai oleh lingkungan sosialnya (Ainsworth, 2019:88).

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Psikososial

Perkembangan psikososial seseorang tidak berlangsung dalam ruang hampa. Ia sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan dan berinteraksi satu sama lain. Faktor-faktor ini dapat bersifat internal (dari dalam diri individu) maupun eksternal (dari lingkungan sosial). Pemahaman tentang faktor-faktor yang memengaruhi psikososial penting dalam bidang pendidikan, psikologi, maupun intervensi sosial karena dapat menjadi dasar dalam merancang strategi pengembangan diri, pembelajaran, hingga penanganan masalah psikososial.

1) Faktor Keluarga

Keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama dalam membentuk perkembangan psikososial individu. Di dalam keluarga, anak belajar membangun kepercayaan diri, mengembangkan emosi, memahami norma sosial, serta belajar membentuk relasi. Pola asuh orang tua (otoriter, permisif, atau demokratis) sangat memengaruhi bagaimana anak membentuk harga diri dan identitas sosialnya. Keluarga yang harmonis, penuh perhatian, dan responsif cenderung melahirkan anak-anak yang memiliki kepribadian sehat secara psikososial. Sebaliknya, keluarga yang penuh konflik, kekerasan, atau penelantaran emosional dapat menyebabkan gangguan psikososial seperti rasa tidak aman, rendah diri, atau kecemasan sosial (Gunarsa, 2020:105)

Dukungan sosial menurut Bick-har LAM, (2019: 31) adalah dukungan yang dapat diakses oleh seseorang melalui

ikatan sosial melalui ikatan sosial kepada individu, kelompok, dan komunitas lain yang lebih besar. Sedangkan Menurut Farmer dalam buku yang sama mengatakan jika dukungan sosial adalah sebagai proses pertukaran sosial yang berkontribusi pada pengembangan pola perilaku individu, kognisi sosial serta nilai-nilai. Dalam buku yang berjudul “Social Support, Well-being, and Teacher Development” yang diterbitkan di Hongkong memperkenalkan dukungan sosial sebagai kebijakan positif yang dapat membantu manusia membuat kehidupan yang dijalani dengan baik.

Smet (1994) mendefinisikan dukungan sosial mengacu pada kesenangan yang dirasakan, penghargaan akanb kepedulian, atau membantu orang menerima dari orang-orang atau kelompok-kelompok lain. Sedangkan Baron dan Byrne (dalam Prasetyo dan Rahmasari) mengatakan bahwa dukungan sosial adalah kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh keluarga kepada anak ditunjukkan dari berbagai bentuk dukungan.

Keluarga menurut Lestari (2012: 3) merupakan konsep yang bersifat multidimensi. Sedangkan Reiss (dalam Lestari 2012: 4) berpendapat jika keluarga merupakan suatu kelompok kecil yang terstruktur dalam pertalian keluarga dan memiliki fungsi utama berupa sosialisasi pemeliharaan terhadap generasi baru. Koerner dan Fitzpatrick (2004) mendefinisikan keluarga kedalam 3 sudut pandang. Definisi struktural: keluarga didefinisikan berdasarkan kehadiran atau ketidakhadiran anggota keluarga, seperti orangtua, siswa, kerabat. Definisi fungsional: keluarga didefinisikan dengan penekanan terpenuhinya tugas-tugas dan fungsi-fungsi psikososial, seperti dukungan emosi dan materi, sosialisasi, perawatan. Definisi transaksional: keluarga adalah kelompok yang

mengembangkan keintiman melalui perilaku-perilaku yang memunculkan rasa identitas sebagai keluarga.

Disimpulkan bahwa dukungan sosial keluarga merupakan suatu dukungan/ pemberian nasehat yang bersifat positif dari keluarga (orangtua, saudara, kerabat) pada pihak penerima untuk menjalani hidup dengan baik.

2) Lingkungan Sekolah

Sekolah sebagai lingkungan sosial kedua berperan besar dalam memperkuat atau bahkan memperbaiki kondisi psikososial anak. Guru yang suportif, suasana belajar yang aman, serta hubungan sehat antar teman sebaya berkontribusi pada perkembangan sosial dan emosional siswa. Selain itu, penghargaan terhadap prestasi, keadilan dalam perlakuan, serta kebijakan sekolah yang ramah anak sangat berpengaruh terhadap pembentukan identitas diri dan kontrol diri anak (Hidayat, 2018:89).

Sekolah juga menjadi tempat utama pembentukan kemampuan sosial, seperti empati, kerja sama, toleransi, dan kemampuan menyelesaikan konflik. Ketika sekolah tidak menjadi lingkungan yang aman secara psikososial (misalnya karena bullying, diskriminasi, atau tekanan akademik berlebihan), maka risiko gangguan psikososial akan meningkat (Santrock, 2017:123).

3) Teman Sebaya

Kelompok sebaya memainkan peran penting terutama pada masa kanak-kanak akhir hingga remaja. Interaksi sosial dalam kelompok sebaya membantu individu membangun identitas, belajar nilai sosial, dan membentuk rasa kebersamaan. Hubungan yang positif dengan teman sebaya dapat memperkuat kepercayaan diri, keterampilan sosial, dan kemampuan menghadapi stres sosial. Namun demikian,

pengaruh negatif teman sebaya juga sangat besar. Tekanan kelompok (*peer pressure*), perundungan (*bullying*), atau pengucilan sosial dapat menyebabkan gangguan psikososial seperti depresi, kecemasan, dan penarikan diri dari lingkungan (Zulkarnain, 2020:112).

Taylor, (1999) mengemukakan, dukungan sosial sebagai informasi dari orang lain yang menunjukkan bahwa ia dicintai dan diperhatikan, memiliki harga diri dan dihargai serta merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan kewajiban bersama. Hal senada dikemukakan oleh Thoits (dalam Rutter, 1993) yang menyatakan bahwa, dukungan sosial adalah derajat dimana kebutuhan dasar individu akan afeksi, persetujuan, kepemilikan dan keamanan didapat melalui interaksi dengan orang lain.

Dukungan tersebut dapat datang dari jaringan sosial (teman, tetangga atau keluarga besar) yang selanjutnya disebut sebagai jaringan dukungan sosial, dimana salah satu bentuk dukungan sosial itu sendiri adalah dukungan sosial dari teman sebaya. Hilman (2002) menjelaskan bahwa, dukungan dari teman sebaya membuat remaja merasa memiliki teman senasib, teman untuk berbagi minat yang sama, dapat melaksanakan kegiatan kreatif, saling menguatkan bahwa mereka dapat berubah ke arah yang lebih baik dan memungkinkan remaja memperoleh rasa nyaman, aman serta rasa memiliki identitas diri. Hilman juga memaparkan bahwa, dukungan teman sebaya biasanya terjadi dalam interaksi sehari-hari, misalnya melalui hubungan akrab yang dijalin remaja bersama teman sebayanya melalui suatu perkumpulan di kehidupan sosialnya (Hilman, 2002).

Dukungan sosial (*social support*) didefinisikan oleh Koentjoro (2003) sebagai informasi verbal atau non-verbal,

saran, bantuan yang nyata atau tingkahlaku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subjek di dalam lingkungan sosialnya atau yang berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku penerimanya. Dalam hal ini orang yang merasa memperoleh dukungan sosial, secara emosional merasa lega karena diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan pada dirinya (Koentjoro, 2003).

Dari beberapa pendapat tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial teman sebaya merupakan ketersediaan sumber daya yang memberikankenyamanan secara instrumental dan emosional yang didapat melalui interaksi individu dengan teman sebaya sehingga individu tersebut merasa dicintai, diperhatikan, dihargai dan merupakan bagian dari kelompok sosial.

Berdasarkan paparan teori diatas dapat disimpulkan bahwa psikososial bagi anak SD dalam konteks penelitian ini adalah Psikososial merujuk pada perkembangan yang melibatkan interaksi antara faktor psikologis (seperti emosi, kepribadian, dan pemahaman diri) dan sosial (hubungan dengan teman, keluarga, dan lingkungan). Pada usia ini, anak berada dalam tahap industry. Di mana mereka mulai membangun rasa kompetensi dan percaya diri melalui pengalaman belajar, interaksi sosial, dan pengakuan dari orang dewasa. Ketidakseimbangan psikososial dapat menyebabkan kesulitan emosional, seperti rendahnya rasa percaya diri atau masalah dalam hubungan sosial. Oleh karena itu, perhatian terhadap kebutuhan psikososial anak sangat penting untuk mendukung tumbuh kembang yang optimal.

4) Media Sosial dan Teknologi

Di era digital, penggunaan media sosial menjadi salah satu faktor utama dalam perkembangan psikososial, terutama di kalangan remaja. Media sosial dapat menjadi sarana ekspresi diri, menjalin hubungan sosial, serta memperoleh pengakuan. Namun, penggunaan yang tidak sehat seperti kecanduan, cyberbullying, atau body shaming dapat berdampak negatif pada citra diri dan kesejahteraan psikologis (Suryani, 2021:81). Paparan informasi yang berlebihan dan tidak terkontrol juga dapat menimbulkan kecemasan, gangguan tidur, hingga krisis identitas pada remaja yang belum matang secara emosi.

5) Faktor Budaya dan Lingkungan Sosial

Budaya dan norma sosial sangat memengaruhi nilai-nilai yang dianut seseorang dalam kehidupan sosial. Cara masyarakat memandang peran gender, status sosial, atau ekspektasi terhadap individu dapat berdampak pada pembentukan identitas dan nilai diri. Misalnya, dalam masyarakat yang sangat menekankan kesuksesan akademik, anak yang gagal memenuhi ekspektasi bisa merasa gagal dan mengalami tekanan psikososial ((Wardhani & Indrawati, 2019:59). Selain itu, lingkungan sosial seperti kemiskinan, konflik sosial, dan kurangnya akses terhadap layanan sosial juga merupakan faktor risiko yang dapat menurunkan kualitas perkembangan psikososial seseorang.

6) Kondisi Psikologis dan Kesehatan Mental

Faktor internal seperti kepribadian, kecerdasan emosi, serta riwayat kesehatan mental juga memengaruhi kondisi psikososial. Individu yang memiliki tingkat kecemasan tinggi atau riwayat trauma masa kecil, misalnya, akan lebih rentan terhadap masalah psikososial dalam berbagai aspek kehidupannya (Ainsworth, 2019:90). Sebaliknya, individu

dengan kepribadian terbuka, resilien, dan penuh optimisme cenderung memiliki kesehatan psikososial yang lebih baik.

d. Ciri-ciri Gangguan Psikososial

Gangguan psikososial merupakan kondisi yang muncul akibat interaksi yang tidak sehat antara aspek psikologis (seperti emosi, perilaku, dan cara berpikir) dengan lingkungan sosial (seperti keluarga, sekolah, teman sebaya, dan masyarakat). Gangguan ini tidak hanya berdampak pada kesehatan mental seseorang, tetapi juga pada kemampuan mereka dalam berhubungan sosial, menjalankan fungsi sehari-hari, dan mencapai tujuan hidupnya.

Menurut para ahli, gangguan psikososial umumnya terjadi ketika individu tidak mampu mengatasi tekanan sosial atau konflik emosional dalam kehidupannya. Faktor-faktor penyebab bisa berupa trauma, kehilangan dukungan sosial, tekanan akademik, kekerasan dalam rumah tangga, hingga diskriminasi sosial. Ketika gangguan ini terjadi, maka akan muncul sejumlah gejala atau ciri-ciri yang dapat diamati dalam kehidupan sehari-hari.

Berikut adalah beberapa ciri-ciri umum gangguan psikososial yang dikemukakan oleh para pakar:

1) Menarik Diri dari Lingkungan Sosial

Salah satu ciri paling nyata dari gangguan psikososial adalah keengganan untuk berinteraksi dengan orang lain. Individu cenderung menghindari keramaian, enggan bersosialisasi, bahkan dalam beberapa kasus memilih untuk mengisolasi diri dalam waktu lama. Hal ini bisa terjadi karena perasaan tidak aman, tidak percaya diri, atau adanya kecemasan sosial yang berlebihan (Gunarsa, 2020:110) .

2) Emosi yang Tidak Stabil

Individu yang mengalami gangguan psikososial sering menunjukkan perubahan emosi yang cepat dan ekstrem.

Mereka bisa tampak sangat bahagia dalam satu waktu, lalu tiba-tiba menjadi sedih, marah, atau cemas. Emosi yang tidak stabil ini sering kali tidak sebanding dengan situasi yang sedang terjadi dan sulit dikendalikan (Santrock, 2017:124).

3) Perubahan Pola Tidur dan Makan

Gangguan psikososial sering memengaruhi pola biologis individu, seperti tidur dan makan. Individu mungkin mengalami insomnia, sering terbangun di malam hari, atau tidur berlebihan. Begitu pula dengan pola makan beberapa orang kehilangan nafsu makan secara drastis, sementara yang lain mengalami makan berlebihan sebagai pelampiasan emosi (Hidayat, 2018:92).

4) Penurunan Prestasi Akademik atau Produktivitas

Pada anak dan remaja, gangguan psikososial kerap terlihat dalam bentuk menurunnya semangat belajar dan prestasi akademik. Mereka menjadi kurang fokus, sering absen, dan kurang antusias mengikuti kegiatan belajar. Pada orang dewasa, hal ini bisa tercermin dalam menurunnya produktivitas kerja atau semangat dalam menjalani aktivitas sehari-hari (Suryani, 2021:80).

5) Munculnya Perilaku Agresif atau Menyimpang

Beberapa individu merespon tekanan psikososial dengan perilaku menyimpang seperti berbohong, mencuri, membolos, atau bahkan melakukan kekerasan terhadap orang lain. Perilaku agresif ini sering menjadi bentuk pelampiasan dari konflik internal atau pengalaman sosial yang tidak sehat (Zulkarnain, 2020:115).

6) Rendahnya Harga Diri dan Rasa Tidak Berharga

Individu dengan gangguan psikososial cenderung memiliki pandangan negatif terhadap diri sendiri. Mereka merasa tidak layak dicintai, tidak kompeten, dan sering

membandingkan diri dengan orang lain secara negatif. Perasaan ini bisa berkembang menjadi rasa tidak berharga dan hilangnya motivasi hidup (Ainsworth, 2019:93).

7) Kesulitan Mengelola Konflik atau Tekanan

Kemampuan individu untuk mengelola stres atau konflik dalam relasi sosial menjadi sangat terbatas. Mereka mungkin menunjukkan reaksi berlebihan terhadap situasi kecil, mudah tersinggung, atau bahkan menyerah tanpa usaha saat menghadapi masalah (Bandura, 2017:106).

8) Gejala Psikosomatik

Beberapa individu mengalami gangguan fisik yang tidak dapat dijelaskan secara medis, seperti sakit kepala, nyeri dada, sakit perut, atau kelelahan kronis. Gejala-gejala ini sering kali merupakan manifestasi dari tekanan psikososial yang tidak terselesaikan (Wardhani & Indrawati, 2019:60).

e. Dampak Psikososial terhadap Perilaku Individu

Psikososial merupakan gabungan antara aspek psikologis dan sosial yang memengaruhi cara individu berpikir, merasa, dan bertindak dalam kehidupan sehari-hari. Perkembangan psikososial yang sehat akan membentuk perilaku individu yang positif, seimbang, dan adaptif. Sebaliknya, gangguan atau ketidakseimbangan dalam aspek psikososial dapat berdampak negatif pada perilaku, baik secara internal (emosi dan sikap) maupun eksternal (tindakan dan hubungan sosial).

Menurut Erikson, setiap tahap perkembangan psikososial akan membentuk ciri kepribadian dan perilaku tertentu. Ketika seseorang tidak berhasil menyelesaikan konflik dalam tahap perkembangan tersebut, maka kemungkinan besar ia akan menunjukkan perilaku yang bermasalah secara sosial maupun emosional (Erikson, 1963:249).

Berikut ini adalah beberapa dampak utama dari kondisi psikososial terhadap perilaku individu:

1) Perilaku Sosial yang Terganggu

Ketidakseimbangan psikososial dapat menyebabkan individu mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan sosial yang sehat. Individu mungkin menjadi pemalu berlebihan, tidak percaya diri, takut berbicara di depan umum, atau bahkan menutup diri dari interaksi sosial. Di sisi lain, ada pula yang menunjukkan perilaku agresif, mudah marah, atau sering terlibat konflik dengan orang lain (Gunarsa, 2020:114).

2) Penurunan Kesehatan Mental

Gangguan psikososial yang tidak ditangani dengan baik dapat berkembang menjadi gangguan mental seperti depresi, kecemasan, stres kronis, dan gangguan penyesuaian. Hal ini memengaruhi cara individu merespons tekanan hidup, seperti menghadapi kegagalan, kritik, atau tuntutan lingkungan (Hidayat, 2018:96).

3) Menurunnya Kemampuan Pengambilan Keputusan

Individu yang mengalami gangguan psikososial sering kali kesulitan dalam mengambil keputusan yang logis dan bertanggung jawab. Mereka cenderung bimbang, mudah dipengaruhi, atau bahkan membuat keputusan impulsif karena pengaruh emosi yang tidak stabil (Santrock, 2017:128).

4) Rendahnya Motivasi dan Produktivitas

Ketika individu merasa tidak berdaya, tidak dihargai, atau tidak diterima dalam lingkungan sosialnya, motivasi untuk berprestasi atau mencapai tujuan hidup pun cenderung menurun. Hal ini berdampak pada perilaku kerja, semangat belajar, dan keterlibatan sosial secara umum (Zulkarnain, 2020:117).

5) Peningkatan Risiko Perilaku Menyimpang

Ketidakseimbangan dalam aspek psikososial juga dapat meningkatkan kemungkinan munculnya perilaku menyimpang seperti membolos, merokok, konsumsi alkohol, perilaku seksual bebas, bahkan kriminalitas. Perilaku ini sering kali menjadi pelarian dari tekanan sosial atau bentuk ekspresi frustrasi individu yang tidak dapat diatasi dengan cara sehat (Suryani, 2021:83).

6) Gangguan Regulasi Emosi

Psikososial berperan penting dalam pengelolaan emosi. Individu yang sehat secara psikososial mampu mengenali dan mengatur emosinya dalam berbagai situasi. Namun ketika terjadi gangguan, ia akan mudah tersinggung, menangis berlebihan, atau merasa cemas tanpa sebab yang jelas. Hal ini akan berdampak langsung pada pola pikir, relasi sosial, dan tindakan sehari-hari (Wardhani & Indrawati, 2019:61).

7) Menurunnya Kemampuan Beradaptasi

Individu yang mengalami ketidakseimbangan psikososial cenderung kurang fleksibel dalam menghadapi perubahan, kurang mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, atau menolak tantangan. Hal ini menyebabkan perilaku mereka cenderung stagnan, tertutup, dan penuh ketakutan terhadap risiko social (Ainsworth, 2019:95).

3. Hubungan Kurikulum Merdeka dengan Psikososial

Kurikulum Merdeka merupakan kebijakan pendidikan terbaru di Indonesia yang berorientasi pada pengembangan karakter, kompetensi, dan kesejahteraan psikososial peserta didik. Kurikulum ini tidak hanya menekankan pada capaian akademik, tetapi juga pada pertumbuhan pribadi dan sosial siswa, yang sangat relevan dengan dimensi perkembangan psikososial.

a. Landasan Kurikulum Merdeka dalam Konteks Psikososial

Kurikulum Merdeka didasarkan pada prinsip pembelajaran yang berpihak pada murid (student-centered), diferensiasi pembelajaran, dan fleksibilitas kurikulum. Prinsip-prinsip ini memungkinkan siswa untuk belajar sesuai dengan tahap perkembangan psikologis dan sosialnya, sesuai dengan teori perkembangan psikososial Erikson (Erikson, 1963:253). Kurikulum ini memberikan ruang bagi siswa untuk:\

- 1) Mengekspresikan emosi dan minatnya
- 2) Mengembangkan identitas diri
- 3) Berkolaborasi dengan teman sebaya
- 4) Mengelola konflik sosial
- 5) Berpikir kritis dan bertanggung jawab secara sosial

b. Penguatan Dimensi Psikososial dalam Profil Pelajar Pancasila

Salah satu fokus utama Kurikulum Merdeka adalah pembentukan Profil Pelajar Pancasila, yang meliputi enam dimensi utama:

- 1) Beriman dan bertakwa kepada Tuhan YME
- 2) Berkebinekaan global
- 3) Gotong royong
- 4) Mandiri
- 5) Bernalar kritis
- 6) Kreatif

Dari keenam dimensi tersebut, paling tidak empat dimensi memiliki keterkaitan langsung dengan perkembangan psikososial, seperti dimensi gotong royong dan mandiri, yang mendorong kemampuan sosial-emosional peserta didik, serta dimensi berkebinekaan global, yang memperkuat empati dan toleransi social (Kemendikbudristek, 2022:34).

c. Implementasi Pembelajaran yang Mendukung Psikososial

Kurikulum Merdeka mendorong penggunaan pendekatan pembelajaran seperti:

- 1) Pembelajaran berbasis proyek (Project Based Learning/PjBL): Meningkatkan kerja sama, tanggung jawab, dan keterampilan sosial peserta didik.
- 2) Refleksi dan asesmen formatif: Membantu siswa mengenal perasaan dan potensi dirinya.
- 3) Diferensiasi pembelajaran: Memberi kesempatan bagi siswa berkembang sesuai gaya belajar dan kebutuhan sosialnya.

Melalui pendekatan ini, sekolah menjadi tempat yang ramah psikososial, yang menghindarkan peserta didik dari tekanan berlebihan dan memberi ruang berkembang secara utuh (Pratiwi & Sulastri, 2023:58).

d. Peran Guru sebagai Fasilitator Psikososial

Dalam Kurikulum Merdeka, guru tidak lagi menjadi satu-satunya sumber ilmu, tetapi berperan sebagai fasilitator perkembangan peserta didik, termasuk dalam aspek psikososial. Guru diharapkan mampu:

- 1) Memberi penguatan positif
- 2) Membangun komunikasi empatik
- 3) Menjadi figur yang aman dan suportif
- 4) Mampu mendeteksi gejala gangguan psikososial seperti menarik diri, cemas, atau stres akademik

Dengan demikian, implementasi Kurikulum Merdeka membantu menciptakan ekosistem sekolah yang peduli dan mendukung kesehatan psikososial siswa (Suryani, 2021:83).

e. Peran Projek Penguatan Profil Pelajar Pancasila (P5) terhadap Psikososial

P5 adalah bagian integral dari Kurikulum Merdeka yang didesain untuk mengembangkan karakter dan kompetensi sosial siswa melalui pengalaman langsung dan kolaboratif. Kegiatan seperti market day, konservasi lingkungan, seni budaya, hingga kewirausahaan sosial, tidak hanya melatih keterampilan, tetapi juga

mengembangkan empati, tanggung jawab sosial, dan rasa percaya diri siswa. Proyek ini memperkuat dimensi psikososial siswa dengan menggabungkan belajar, merasa, dan bertindak dalam konteks nyata (Zulkarnain, 2022:75).

B. Hasil Penelitian yang Relevan

Adapun penelitian terdahulu yang berhubungan atau sejalan dengan penelitian ini antara lain sebagai berikut :

1. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ari Setiani yang berjudul “Analisis Faktor Kesulitan Belajar Siswa Dalam Pembelajaran IPAS Kurikulum Merdeka Belajar di SD Negeri 1 Karangnanas” Penelitian yang dilakukan penulis membahas mengenai analisis faktor kesulitan belajar siswa dalam pembelajaran IPAS kurikulum merdeka belajar di SD Negeri 1 Karangnanas. Adapun tujuan mengenai penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan kesulitan belajar siswa dalam pembelajaran IPAS kurikulum merdeka belajar dan faktor penyebabnya yang ada di SD Negeri 1 Karangnanas (Setiani, 2023).
2. Penelitian yang dilakukan Neva Lionitha Ibrahim tahun 2022 yang berjudul “Perubahan Psikologis Siswa Kelas X Saat Pembelajaran Menggunakan Kurikulum Merdeka Belajar Pada SMAN 3 Gorontalo” Hasil penelitian dan observasi SMAN 3 Gorontalo masih terdapat kendala seperti : 1) Beberapa guru yang tidak memiliki kualifikasi dan bentuk aktivitas dalam melaksanakan proses belajar merdeka belajar, sehingga siswa tidak dapat menyerap materi secara maksimal, banyak pelajaran yang terlewatkan dan tidak banyak yang memahaminya; 2) Penerapan merdeka belajar menuntut siswa untuk aktif. Semakin siswa dituntut lebih aktif, semakin banyak juga tugas yang diberikan guru. Oleh karena itu, siswa cenderung menyelesaikan tugas tepat waktu tanpa mementingkan materi apakah sudah dipahami atau belum; 3) kurikulum merdeka belajar yang cenderung bebas juga beresiko membuat siswa di beberapa kelas bermain di kelas saat pembelajaran berlangsung. Teman dan guru ternyata dapat juga

menjadi kendala pada saat proses pengalihan saat pembelajaran berlangsung. 4) Tugas yang berbasis proyek, membutuhkan usaha, waktu dan tenaga lebih dalam menyelesaikan tugas terkait keterampilan psikomotorik tersebut siswa terkadang merasa kelelahan (Ibrahim, 2022).

3. Penelitian yang di lakukan Suraiya dan Zubaidah, tahun 2023 yang berjudul “Azaz Psikologis Pengembangan Kurikulum: Suatu Analisis Komperatif” Hasil penelitian terdapat dua bidang psikologi yang mendasari pengembangan kurikulum yaitu psikologi perkembangan dan psikologi belajar. Psikologi perkembangan berhubungan dengan tingkah laku individu berkenaan dengan perkembangannya. Psikologi perkembangan mengkaji tentang hakikat perkembangan, pentahapan perkembangan, aspek - aspek perkembangan, tugas - tugas perkembangan serta hal lain yang berhubungan dengan perkembangan individu yang semuanya dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dan mendasari dalam pengembangan kurikulum. Sedangkan psikologi belajar mengkaji tentang hakikat belajar dan teori-teori belajar yang semuanya dapat dijadikan bahan pertimbangan dan mendasari dalam pengembangan kurikulum. Beberapa teori belajar yang termasuk dalam kajian teori belajar secara umum dapat dibagi ke dalam empat kelompok yaitu teori behavioristik, kognivistik, humanistik dan konstruktivistik (Suraiya dan Zubaidah, 2023).

4. Penelitian yang di lakukan Alfi Rahmania Putri tahun 2022 yang berjudul “Kenyamanan Psikologis Dalam Pelaksanaan Kurikulum Merdeka Belajar Pada Guru PAI Sekolah dasar Di Kabupaten Pati” Hasil penelitian menunjukkan bahwa Kenyamanan psikologis Guru PAI dalam pelaksanaan Kurikulum Merdeka Belajar di SD Kabupaten Pati baik secara umum maupun dilihat dari masing-masing dimensi berada pada kategori sedang. Berdasarkan faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kenyamanan psikologis yaitu faktor usia, faktor jenis kelamin, dan faktor pendidikan terakhir (Putri, 2022).

5. Penelitian yang dilakukan Melyta Simbolon, Rumiris Lumban Gaol, Ester Julinda Simarmata, Dyan Wulan Sari HS, Irminda Pinem. tahun 2024 yang berjudul “Pengaruh Kurikulum Merdeka Terhadap Motivasi Belajar Siswa di Kelas V SD Negeri 060903 Medan Helvetia Tahun Pembelajaran 2023/2024” Hasil penelitian menunjukkan kurikulum merdeka memiliki pengaruh terhadap motivasi belajar siswa, dimana semakin berpengaruh kurikulum merdeka maka semakin tinggi juga motivasi belajar siswa dan demikian sebaliknya semakin rendah pengaruh kurikulum merdeka maka semakin rendah juga motivasi belajar siswa (Simbolon, dkk 2024).
6. Penelitian yang dilakukan Wina Roza Fahira, Putri Rahmadhani, Noki Satria, Fika Melisa, Merika Setiawati tahun 2022 yang berjudul “Persepsi Siswa Kelas X Terhadap Penerapan Kurikulum Merdeka Belajar Pada Pembelajaran IPS di SMA 1 Bukit Sundi”.
7. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Pengimplementasian kurikulum merdeka belajar pada siswa kelas X SMA 1 Bukit Sundi sudah dapat mereka terima dengan baik. (2) Peserta didik memperoleh kebebasan dalam mengeksplorasi pengetahuan secara maksimal. (3) Capaian belajar diidentifikasi melalui ketercapaian tujuan pembelajaran. Guru memberikan keleluasaan untuk menentukan kriteria ketercapaian sesuai dengan karakteristik kompetensi. Siswa dapat lanjut ke kelas selanjutnya sesuai dengan potret ketercapaian tujuan pembelajaran (Fahira. dkk, 2022).

C. Kerangka Berpikir

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir



Hal yang berkaitan erat dengan pendidikan entah keberhasilan maupun kegagalan adalah kurikulum. Kurikulum memiliki fungsi strategis sebagai pedoman dalam pelaksanaan pendidikan yang harus selalu disesuaikan dengan perkembangan yang ada sehingga seringkali kurikulum mengalami perubahan. Namun, pada praktek perubahan maupun pengembangan kurikulum tersebut masih menuai pro dan kontra diantaranya yaitu pandangan bahwa pengembangan maupun perubahan kurikulum itu sendiri belum memiliki kontribusi yang cukup dalam membangun kualitas sumber daya manusia. Sebagaimana diatur dalam UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Sisdiknas), kurikulum didefinisikan sebagai seperangkat rencana pendidikan yang berkenaan dengan tujuan, isi, dan bahan pelajaran serta cara yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan nasional.

Penerapan Kurikulum Merdeka tidak hanya bergantung pada desain kurikulum dan strategi guru, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh kondisi psikososial peserta didik. Faktor seperti kepercayaan diri, motivasi intrinsik, kemampuan berinteraksi sosial, serta dukungan emosional dari guru dan teman sebaya menjadi krusial dalam menentukan sejauh mana

siswa mampu mengikuti pendekatan pembelajaran yang fleksibel dan mandiri seperti dalam Kurikulum Merdeka.

Jika siswa memiliki kondisi psikososial yang sehat (misalnya merasa diterima, dihargai, dan termotivasi), maka mereka akan lebih mudah beradaptasi dan aktif dalam proses pembelajaran Kurikulum Merdeka. Sebaliknya, jika kondisi psikososialnya terganggu, maka akan muncul hambatan seperti kecemasan belajar, tidak percaya diri, hingga ketertinggalan dalam pencapaian kompetensi.

