

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum dan Lokasi Penelitian

1. Identitas Madrasah dan Visi Misi Madrasah MAN 2 Banjarmasin

Berdasarkan data yang diperoleh dari madrasah, didapat informasi sebagai data penunjang dalam penelitian ini mengenai identitas dan visi misi madrasah di SMK Muhammadiyah 5 Al Furqan Banjarmasin.

- a. Nama madrasah : MAN 2 Banjarmasin
- b. Nomor Statistik Madrasah :
- c. Alamat Madrasah
 - 1) Jalan/Desa : Jalan Pramuka. Komplek Semanda RT 20
NO 28
 - 2) Kelurahan : Sungai Lulut
 - 3) Kecamatan : Banjarmasin Timur
 - 4) Kota : Kota Banjarmasin
 - 5) Telepon : +62 511 3258164
- d. Status Madrasah : Negeri
- e. Didirikan : 22 Agustus 2016 dengan Nomor SK
Pendirian 408 Tahun 2016
- f. Berdasarkan Surat Keputusan
 - 1) Nomor/Tanggal : 239/KEP/BAPSM/XI/KU/27
- g. Waktu Penyelegaraan :

2. Sejarah berdirinya MAN 2 Banjarmasin

Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 2 Kota Banjarmasin adalah salah satu institusi pendidikan Islam di bawah Kementerian Agama Republik Indonesia. Adapun tanggung jawab MAN 2 Banjarmasin, ditetapkan sebagai madrasah umum yang memiliki karakteristik agama Islam, berfungsi sebagai madrasah percontohan yang terletak di provinsi Kalimantan Selatan, serta lebih memfokuskan pada pendidikan akademik, non-akademik, serta pendidikan moral dan etika.

Historis madrasah ini dimulai sebagai Pendidikan Guru Agama Negeri (PGAN) 4 Tahun Banjarmasin yang didirikan pada tahun 1953 dan berlokasi di berbagai tempat seperti SMP Muhammadiyah, STN Nagasari, STN Teluk Dalam, dan SP IAIN. Pada tahun 1957, PGAN 4 Tahun ditingkatkan menjadi PGAN 6 Tahun dan dipusatkan di Komplek Pelajar Mulawarman Banjarmasin. Pada tahun 1978, PGAN Kelas I-III direstrukturisasi menjadi MTsN sesuai KMA No 16/17 1978.

Karena keterbatasan ruang di Komplek Mulawarman, pada tahun 1987, PGAN dipindahkan ke lokasi saat ini, di Jl Tembus Terminal (Jl Pramuka Km 6). Ada surat keputusan yang konkret, Surat Edaran Kementerian Agama No 64 Tahun 1990 PGAN diganti menjadi MAN yang dikeluarkan pada tahun 1990, selanjutnya pada tahun 1992, statusnya secara resmi diubah menjadi MAN sebagaimana tercantum dalam Keputusan 42 43 No 42 Tahun 1992. Pada tahun 1994, MAN 2 Banjarmasin kemudian terpilih menjadi MAN Model Provinsi

Kalimantan Selatan, kemudian pada tahun 1998, statusnya diketik ulang menjadi MAN 2 Model Banjarmasin.

Semenjak tahun 2011, MAN 2 Model Banjarmasin mempunyai Tanda Pendaftaran Madrasah (TPM) 131163710039 dan pada tahun 2012, berhasil meraih akreditasi A dari Badan Akreditasi Madrasah/Madrasah Propinsi Kalimantan Selatan. Sekarang, berlokasi di Jl. Pramuka Komplek Semanda, madrasah ini senantiasa berusaha memperbaiki mutu pendidikan dan layanan dan kemudian mencanangkan dirinya sebagai Madrasah Terbaik di Kalimantan Selatan. Hal ini tercermin dari bertambahnya minat masyarakat kepada madrasah tersebut serta beraneka ragam prestasi yang berupa akademik dan non akademik yang selalu diperoleh oleh para peserta didik setiap tahunnya.

3. **Visi Misi MAN 2 Banjarmasin**

a. Visi MAN 2 Banjarmasin :

- 1) Terwujudnya peserta didik yang Islami, berkualitas, terampil, berbudaya lingkungan, dan berdaya saling tinggi.

b. Misi MAN 2 Banjarmasin :

- 1) Menumbuhkan penghayalan religius terhadap ajaran islam melalui kegiatan keagamaan.
- 2) Menyelenggarakan pendidikan yang berorientasi mutu.
- 3) Menyelenggarakan pendidikan yang berorientasi kecakapan hidup.
- 4) Mengembangkan program madrasah riset.
- 5) Menciptakan implementasi madrasah sehat dan berbudaya lingkungan.

- 6) Mengembangkan budaya berprestai di bidang akademik maupun non-akademik.
- 7) Menghasilkan lulusan yang mampu bersaing di bidang akademik maupun non-akademik.

4. Jumlah Peserta Didik dan Formasi kelas XI MAN 2 Banjarmasin

Berdasarkan data yang diperoleh dari madrasah, didapat informasi sebagai data penunjang dalam penelitian ini mengenai jumlah peserta didik dan informasi kelas XI MAN 2 Banjarmasin.

Data peserta didik MAN 2 kota Banjarmasin tahun pelajaran 2025/2026 dapat dilihat pada tabel sebagai berikut.

Tabel 4.1 Data Peserta Didik di XI MAN 2 Banjarmasin

NO.	KELAS	JUMLAH
1.	XI A	33
2.	XI B	33
3.	XI C	33
4.	XI D	33
5.	XI E	34
6.	XI F	35
7.	XI G	32
8.	XI H	36
9.	XI I	35
10.	XI J	34

Sumber data: dokumentasi MAN 2 Banjarmasin

5. Sarana dan prasarana MAN 2 Banjarmasin.

MAN 2 Kota Banjarmasin didirikan diatas tanah seluas 18,172 m2. Di mana telah dibangun berbagai fasilitas dan prasarana pendukung proses pembelajaran, antara lain:

- a. Perpustakaan dengan koleksi 3.250 judul dan 10.705 eksemplar buku.
- b. Laboratorium Spiritual (terdiri dari Lab Keagamaan dan masjid yang representatif).
- c. Laboratorium Komputer, Internet, dan TIK.
- d. Laboratorium MIPA (Biologi, Kimia, dan Fisika).
- e. Laboratorium Bahasa (Inggris dan Arab).
- f. Ruang Multimedia.
- g. Ruang belajar dilengkapi dengan kipas angin.
- h. Ruang untuk Kepala Madrasah, Wakil Kepala, tenaga pendidik, BP-BK, Komite, dan staf yang representatif.
- i. Outdoor Study Area dengan gazebo, bangku taman, tribun, dan ruang taman hijau (RTH).
- j. Pengembangan Ma'had At-Tanwir.
- k. Gedung Serbaguna (aula) yang mampu menampung 250 orang.
- l. PSBB (Pusat Sumber Belajar Bersama) m. Unit Kesehatan Madrasah (UKS) dengan tenaga medis dari Puskesmas.
- m. Koperasi Peserta Didik dan kantin yang nyaman dan lengkap.
- n. Lapangan Olahraga (untuk futsal, bola voli, bulu tangkis, tenis meja, dan basket).

- o. Area Wi-Fi gratis (Free Hotspot).
- p. CCTV untuk pengawasan.
- q. Kran air siap minum.
- r. Toilet.

6. Program Unggulan MAN 2 Kota Banjarmasin

a. Peminatan Akademik

Penyelenggaraan kurikulum merdeka telah berhasil dilakukan oleh MAN 2 Banjarmasin, sehingga dapat memberikan keleluasaan kepada peserta didik dalam mengeksplorasi minat dan bakatnya melalui pemilihan pelajaran peminatan.

b. Program Keterampilan

- 1) Teknik dan Bisnis Sepeda Motor
- 2) Teknik Elektronika dan Komunikasi
- 3) Operator Komputer
- 4) Tata Busana
- 5) Tata Boga
- 6) Agribisnis dan Perikanan Air Tawar

c. Program Ma'had At Tanwir d. Pengembangan Diri

- 1) Kegiatan Ekstrakurikuler
- 2) Pelayanan Konseling
- 3) Program Tahfidz/Tahsin Al Qur'an
- 4) Program Adiwiyata (Lingkungan Hidup)
- 5) Program Madrasah Riset

6) Edupreneurship

B. Penyajian Data

1. Deskripsi data penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecenderungan *alexithymia* terhadap *problem solving* pada peserta didik kelas XI-H yang berjumlah 36 responden. Pengumpulan data ini menggunakan dua instrument utama, yakni skala kecenderungan *alexithymia* berjumlah 22 item dan skala *problem solving* yang juga berjumlah 23 item dengan rentang pilihan jawaban menggunakan skala likert 1-4.

2. Gambaran umum deskripsi variable dan aspek penelitian

Analisis deskripsi ini dilakukan untuk melihat adanya persebaran rata rata skor empiris terhadap skor maksimum teoritis pada masing masing variabel aspek.

Tabel berikut memberikan rangkumann nilai minumum, maksimum, mean, dan standar deviasi dari kedua variabel secara utuh berdasarkan skor 36 responden yang dikurang 2 (dua) sehingga hasilnya hanya menjadi 34 responden berdasarkan Levene's Test

Table 4.2 deskripsi statistic variabel alexithymia dan problem solving

Variabel penelitian	Jumlah item	Skor min. teoritis	Skor max. teoritis	Skor min. empiris	Skor max. empiris	Mean empiris	Standar deviasi
Kecenderungan <i>Alexithymia</i> (X)	22 item	30	120	39	62	53,47	5,77
<i>Problem Solving</i> (Y)	23 item	30	120	52	82	65,09	7,58

Menunjukkan bahwa variabel kecenderungan *Alexithymia* memiliki mean sebesar 53,47 yang mengindikasikan bahwa secara umum peserta didik kelas XI-H memiliki Tingkat kesulitan memproses emosi yang berada pada kategori sedang

Sementara itu variabel problem solving memiliki rata rata empiris sebesar 65,09. Angka rata rata tersebut mencerminkan bahwa kapasitas pemecahan masalah peserta didik secara makro sudah cukup baik. Namun memiliki variasi persebaran data yang cukup lebar antar peserta didik ditunjukkan oleh nilai standar Deviasi yang menyentuh angka 7,58

a. Gambaran umum aspek kecenderungan alexithymia

Tabel deskriptif ini diperlukan untuk melihat aspek mana yang paling mendominasi hambatan emosional peserta didik.

Tabel 4.3 gambaran umum capaian aspek variabel kecenderungan

Alexithymia

No.	Aspek kecenderungan <i>Alexithymia</i>	Jumlah item	Rata rata	Persentase capaian	Kategori
1.	DIF	7 item	14,09	40,25%	Rendah
2.	DDF	6 item	15,35	51,16%	Sedang
3.	EOT	9 item	24,03	53,40%	Sedang

Berdasarkan data tabel diatas, aspek DDF (*Difficulty Describing Feelings*) atau kesulitan mengungkapkan emosi menjadi hambatan emosional terbesar yang dialami oleh peserta didik Kelas XI-H dengan persentase capaian memiliki persentase capaian terendah yaitu 40,25%. Hal ini mencerminkan bahwa peserta didik tidak terlalu mengalami hambatan akut dalam mengenali tanda gejala emosi awal mereka.

Sementara itu, dua aspek lainnya yaitu *Difficulty Describing Feelings* (51,16%) dan *Externally-Oriented Thinking* (53,40%) berada dalam kategori Sedang. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian remaja di madrasah tersebut sesekali masih mengalami kecanggungan atau kesulitan wajar dalam merangkai kosakata verbal untuk mengomunikasikan perasaan

batiniah mereka kepada orang lain, serta terkadang lebih nyaman berfokus pada detail kejadian konkret luar secara mekanis. Angka ini mengindikasikan bahwa meskipun peserta didik sesekali bingung mengidentifikasi gejala emosinya, masalah utama mereka bukan pada ketidaktahuan atas apa yang mereka rasakan, melainkan pada ketidakmampuan mengekspresikan dan membicarakan emosi tersebut secara verbal.

b. Analisis Khusus Indikator Variabel Kecenderungan Alexithymia

1) Aspek DIF

Aspek ini memperoleh persentase ketercapaian terendah, yaitu sebesar 40,25% dengan kategori Rendah. Angka ini merefleksikan bahwa secara empiris, peserta didik kelas XI-H di MAN 2 Banjarmasin tidak memiliki hambatan yang parah dalam membedakan gejala emosi batin dengan sensasi fisik tubuh mereka.

2) Aspek DDF

Menunjukkan angka capaian sebesar 51,16% dalam kategori Sedang. Hal ini mengindikasikan bahwa dalam interaksi sosial sehari-hari, peserta didik sesekali masih merasakan kecanggungan wajar untuk mengomunikasikan atau merangkai kosakata verbal yang tepat saat ingin menceritakan perasaan mereka kepada orang lain.

3) Aspek EOT

Aspek gaya berpikir luar ini mencapai 53,40% dalam kategori Sedang, menggambarkan bahwa peserta didik terkadang lebih nyaman

berfokus pada detail kejadian konkret eksternal dan mekanis daripada melakukan introspeksi atau refleksi batiniah.

c. Gambaran umum deskripsi aspek kognitif dan perilaku problem solving

Berdasarkan pengolahan data teoritis dan empiris, diperoleh gambaran kemampuan hasil problem solving peserta didik peraspek yang disajikan pada tabel berikut,

Tabel 4.4 gambaran umum capaian variabel *problem solving*

No.	Aspek <i>problem solving</i>	Jumlah item	Skor maksimum	Rata rata empiris	Persentase capaian	Kategori
1.	Orientasi awal dan kesiapan mental	7 item	14-26	20,85	74,46%	Tinggi/baik
2.	Keterampilan merumuskan solusi	16 item	35-59	44,24	69,12%	sedang

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan persentase capaian yang tinggi, yaitu sebesar 74,46% (kategori Tinggi). Temuan empiris ini menandakan bahwa peserta didik kelas XI-H di MAN 2 Banjarmasin memiliki kepercayaan dan kemampuan mengelola diri, ketenangan mental,

dan motivasi awal yang sangat kuat (positif) ketika mereka menyadari adanya suatu permasalahan atau konflik.

Pada aspek *Problem-Solving Skills*, capaian berada di angka 69,12% dengan kategori Sedang (Cukup Baik). Hal ini mencerminkan bahwa meskipun para peserta didik memiliki bekal dan mentalitas awal yang baik saat menjumpai masalah, mereka masih memerlukan bimbingan taktis berkala di madrasah untuk mempertajam keterampilan teknis operasional, seperti memetakan konsekuensi logis dari berbagai alternatif alternatif solusi, mengambil risiko keputusan, serta melakukan pengujian evaluasi akhir terhadap tindakan yang telah diambil. Hambatan utama peserta didik terindikasi kuat berada pada fase awal, yaitu ketepatan mengidentifikasi akar masalah serta menimbang konsekuensi risiko sebelum bertindak.

d. Analisis khusus indikator pertanyaan variabel *problem solving*

Berikut analisis khusus mengenai aspek kekuatan dan kelemahan peserta didik pada indikator spesifik setiap aspek

1) Aspek orientasi awal dan kesiapan mental

Memperoleh nilai capaian tertinggi, yaitu 74,46% dengan kategori Tinggi. Temuan empiris ini sangat positif karena menandakan bahwa peserta didik kelas XI-H memiliki kesiapan mental awal, ketenangan kognitif, serta keyakinan diri yang sangat baik saat pertama kali menyadari kehadiran suatu masalah di madrasah.

2) Aspek keterampilan merumuskan solusi

Meraih angka capaian sebesar 69,12% dengan kategori Sedang. Hasil ini mencerminkan bahwa meskipun orientasi mental awal peserta didik terhadap masalah sudah sangat baik, mereka masih memerlukan bimbingan taktis di madrasah untuk mengasah aspek keterampilan teknis operasional—seperti menyusun langkah alternatif solusi, mengambil risiko keputusan, hingga mengevaluasi hasil akhir dari tindakan yang telah mereka eksekusi.

3. Analisis hubungan (korelasi *pearson product moment*)

Untuk menguji korelasi antara kecenderungan alexithymia dengan aspek variabel problem solving, dilakukan uji korelasi *pearson product moment*. Hasil perhitungan koefisien korelasi (r) disajikan pada table berikut

Table 4.4 matriks koefisien korelasi *pearson product moment* (r) antar aspek variabel

Aspek Penelitian	DIF	DDF	EOT	<i>Problem orientation</i>	<i>Problem solving skills</i>
X1. DIF	1,000	0,384	0,211	-0,145	-0,092
X2. DDF	0,384	1,000	0,312	-0,118	-0,154
X3. EOT	0,211	0,312	1,000	-0,088	-0,121
Y1. <i>Problem orientation</i>	-0,145	-0,118	-0,088	1,000	0,462
Y2. <i>Problem solving skills</i>	-0,092	-0,154	-0,121	0,462	1,000

a. Hubungan Variabel Secara Umum

Nilai korelasi total antara variabel kecenderungan *alexithymia* dengan total *problem solving* sebesar -0,1388 dengan *p-value* 0,4337.

Karena $r_{hitung} < r_{tabel}$ ($0,1388 < 0,3388$) dan nilai signifikansi jauh diatas 0,05, maka disimpulkan bahwa secara umum tidak terdapat hubungan yang signifikan antar kedua variabel. Hambatan atau defisit kognitif emosional secara menyeluruh tidak menjadi variabel penentu bagi tinggi rendahnya kemampuan peserta didik dalam memecahkan masalah dimadrasah

b. Analisis hubungan antar variabel secara khusus

1) hubungan aspek kecenderungan alexithymia terhadap problem solving

Aspek DIF (-0,145), DDF (0,118), dan EOT (-0,088) secara keseluruhan menunjukkan korelasi negatif yang sangat lemah dan tidak signifikan terhadap kesiapan mental awal siswa. Hal ini mengindikasikan bahwa keterbatasan peserta didik dalam mengenali atau mendeskripsikan emosi batin tidak mengganggu keyakinan diri (*self-efficacy*) atau ketenangan kognitif mereka ketika pertama kali menyadari adanya suatu masalah di lingkungan madrasah. Peserta didik tetap mampu bersikap terbuka dan menghadapi masalah secara proaktif tanpa terpengaruh oleh kecanggungan emosionalnya.

2) hubungan aspek *kecenderungan alexithymia* terhadap *problem solving*

Korelasi antara aspek kecenderungan *Alexithymia* terhadap keterampilan taktis solusi (*Problem-Solving*) juga bernilai negatif dan tidak signifikan. Nilai korelasi terbesar di bagian ini ditemukan pada hubungan antara DDF (Kesulitan Mendeskripsikan Perasaan) dengan *Problem-Solving* sebesar -0,154. Hal ini secara logis menunjukkan bahwa ketika peserta didik mengalami kesulitan dalam mengartikulasikan atau mengomunikasikan perasaan mereka kepada orang lain, ada kecenderungan kecil keterampilan pemecahan masalah mereka terutama yang melibatkan interaksi sosial atau kerja sama kelompok menjadi sedikit terhambat akibat miskomunikasi. Namun, karena nilainya berada di bawah rtabel ($0,154 < 0,3388$), hambatan komunikasi emosional ini tidak sampai merusak kapasitas kognitif peserta didik dalam merancang solusi rasional

3) Dinamika internal antar variabel

Matriks di atas juga memperlihatkan bahwa hubungan internal sesama aspek Variabel X (seperti DIF dengan DDF sebesar 0,384) maupun sesama aspek Variabel Y (Problem Orientation dengan Problem-Solving sebesar 0,462) justru bernilai signifikan karena melebihi batas rtabel (0,3388). Hal ini membuktikan bahwa instrumen penelitian memiliki validitas konstruk yang konsisten di lapangan, di mana aspek-aspek dalam satu variabel saling mendukung secara kuat,

namun ketika dihubungkan antar-variabel, keduanya berjalan secara independen dan terpisah.

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data inferensial menggunakan rumus Korelasi *Pearson Product Moment*, ditemukan fakta empiris bahwa nilai koefisien korelasi (*r*hitung) antara kecenderungan dengan kemampuan *Problem Solving* pada peserta didik kelas XI-H di MAN 2 Banjarmasin adalah sebesar -0,1388 dengan nilai signifikansi (*p-value*) sebesar 0,4337. Dikarenakan nilai signifikansi $0,4337 > 0,05$ dan nilai mutlak $|r_{hitung}| < r_{tabel}$ ($0,1388 < 0,3388$) pada taraf kesalahan 5% ($\alpha = 0,05$), maka keputusan statistik menetapkan bahwa Hipotesis Nol (H_0) diterima dan Hipotesis Kerja (H_a) ditolak. Hal ini membuktikan secara ilmiah bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kecenderungan *Alexithymia* dengan kemampuan *Problem Solving* pada peserta didik kelas XI-H di MAN 2 Banjarmasin.

Arah koefisien korelasi bertanda negatif (-0,1388), yang secara teoritis searah dengan asumsi umum bahwa peningkatan hambatan emosional diikuti oleh penurunan kemampuan pemecahan masalah, kekuatannya tergolong sangat lemah dan tidak berarti secara statistik. Artinya, tinggi rendahnya keterampilan peserta didik di madrasah dalam mengurai masalah sama sekali tidak dikontrol atau ditentukan oleh karakteristik emosional kecenderungan *Alexithymia* mereka.

Berdasarkan rekapitulasi data lapangan, nilai rata-rata (*mean*) variabel kecenderungan *Alexithymia* peserta didik berada di angka 53,47 (dari skor maksimal teoritis 110), yang berarti secara umum berada pada kategori Sedang. Sifneos dan Taylor menjelaskan bahwa *Alexithymia* merupakan defisit kognitif-

afektif dalam mengidentifikasi, memproses, dan mengungkapkan emosi secara verbal.

Jika dibedah per aspek khusus, dinamika psikologis peserta didik di lapangan menunjukkan hasil yang unik:

1. Aspek *Difficulty Identifying Feelings* (DIF). Memiliki persentase capaian terendah yaitu 40,25% (kategori Rendah). Ini mengindikasikan bahwa peserta didik kelas XI-H pada dasarnya tidak memiliki gangguan akut dalam mengenali atau membedakan gejolak emosi batin dengan sensasi fisik tubuh mereka.
2. Aspek *Difficulty Describing Feelings* (DDF) & *Externally-Oriented Thinking* (EOT). Masing-masing capaian 51,16% dan 53,40% (kategori Sedang). Kondisi ini mencerminkan realitas remaja biasa yang terkadang kaku mengekspresikan emosi akibat pengaruh budaya kolektif eksternal. Di lingkungan MAN 2 Banjarmasin, internalisasi budaya lokal seperti istilah "supan" (malu) atau "sungkan" melatih peserta didik untuk cenderung menyembunyikan emosi rapat-rapat demi menjaga keselarasan sosial dan menghindari konflik langsung.

Di sisi lain, nilai *mean* kemampuan *Problem Solving* peserta didik berada di angka 65,09 (kategori Sedang/Cukup Baik). Berdasarkan teori George Polya, pemecahan masalah melibatkan proses terstruktur: memahami masalah, menyusun rencana, melaksanakan rencana, dan mengevaluasi. Peserta didik memperoleh skor sangat tinggi sebesar 74,46% (kategori Tinggi). Hal ini membuktikan peserta didik memiliki kesiapan mental dan motivasi awal yang sangat baik ketika menyadari kehadiran masalah.

Generasi Z, yang saat ini mendominasi usia sekolah menengah termasuk peserta didik di MAN 2 Banjarmasin, dikenal sebagai generasi *digital native* yang tumbuh berdampingan dengan teknologi informasi yang instan dan masif. Karakteristik utama mereka adalah kemudahan dalam mengakses informasi, kreativitas yang tinggi, serta keterbukaan terhadap hal-hal baru. Namun, kenyamanan dunia digital ini membawa tantangan tersendiri bagi perkembangan mental mereka. Pola interaksi yang serbacepat dan serbainstan sering kali membuat sebagian remaja Gen Z memiliki ketahanan (*resilience*) yang rapuh saat harus menghadapi proses yang membutuhkan waktu lama, termasuk dalam hal menyelesaikan konflik nyata di lingkungan sosial mereka.

Kondisi psikososial tersebut berhubungan erat dengan tingkat kemampuan pemecahan masalah (*problem solving*) mereka yang terbagi ke dalam lima kriteria nilai instrumen. Bagi remaja Gen Z yang berada dalam kriteria "Sangat Tinggi" dan "Tinggi", mereka mampu memanfaatkan karakteristik positif generasinya—seperti kemampuan berpikir kritis dan kemandirian mencari informasi—menjadi sebuah keyakinan diri (*problem-solving confidence*) untuk menghadapi masalah secara langsung. Sebaliknya, kemudahan teknologi juga dapat memicu mentalitas instan yang membuat peserta didik pada kategori "Rendah" cenderung memilih gaya menghindar (*avoidance style*). Ketika dihadapkan pada tugas sekolah yang rumit atau kesalahpahaman dalam pertemanan, mereka lebih memilih melarikan diri ke dunia digital daripada menyelesaikan benturan realitas di sekolah.

Di sisi lain, kebiasaan Gen Z mengekspresikan diri di media sosial sering kali berbanding terbalik dengan kemampuan mereka dalam mengelola emosi di dunia nyata. Hal inilah yang teoretis tecermin pada aspek kontrol pribadi (*personal control*) dan kategori skor "Sedang". Pengaruh nilai budaya kolektif seperti perilaku *supan* atau *sungkan*, yang berpadu dengan ketakutan akan pengucilan sosial di era digital (*fear of missing out*), membuat peserta didik sering memendam emosi mereka rapat-rapat demi menjaga kerukunan semu. Ketika benteng emosional ini runtuh akibat tekanan akademik atau konflik sosial yang bertubi-tubi, proses kognitif mereka dalam mencari jalan keluar yang logis menjadi terhambat. Melalui pemahaman karakteristik Gen Z ini, klasifikasi skor pemecahan masalah dalam penelitian menjadi instrumen yang sangat logis untuk mendeteksi kesiapan mental peserta didik di era modern.¹

Kemampuan adaptasi kognitif ini berkeselarasan dengan nilai teologis Surah Al-Baqarah ayat 286, yang menegaskan bahwa Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ayat ini menjadi landasan bahwa manusia telah dibekali potensi fitrah untuk menghadapi beban masalah. Oleh karena itu, saat dihadapkan pada tugas madrasah atau konflik pertemanan, peserta didik mampu mengisolasi bias emosionalnya (*Alexithymia*) dan tetap mengaktifkan penalaran logis-taktis secara mandiri untuk mencari jalan keluar.

Komparasi Analitis dengan Penelitian Terdahulu yang Relevan. Kebaruan (*novelty*) dan posisi hasil penelitian ini semakin kuat ketika

¹ Agus Sunaryo, *Psikologi Remaja Kontemporer: Memahami Dinamika Mental dan Karakteristik Generasi Z di Indonesia* (Jakarta: Bumi Aksara, 2021), 88-92.

dikonfrontasikan secara langsung dengan temuan penelitian terdahulu yang dicantumkan pada bab 1

1. Kontras dengan Septiana Ayu Novita, Titin Suprihatin, & Annisa Fitriani (2020) Penelitian sebelumnya menemukan adanya kecenderungan *Alexithymia* yang nyata pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Perbedaan hasil dengan penelitian ini terletak pada stabilitas latar belakang subjek. Peserta didik di MAN 2 Banjarmasin hidup dalam ekosistem keluarga yang relatif suportif, sehingga tingkat kecenderungan *Alexithymia* mereka berada pada taraf wajar (rendah-sedang) dan tidak sampai mengintervensi fungsi eksekutif otak dalam memecahkan masalah.
2. Kontras dengan Michelle Avalidee Kurniawan & Jaka Santoso Sudagijono (2021). Studi tersebut menunjukkan bahwa *Alexithymia* berhubungan signifikan dengan kecenderungan fatal seperti bunuh diri pada remaja laki-laki di Surabaya akibat supresi emosi yang tidak terkelola. Sebaliknya, temuan di lapangan membuktikan bahwa bagi populasi peserta didikmadrasah non-klinis di MAN 2 Banjarmasin, hambatan emosional ringan tidak sertamerta melahirkan gaya koping yang destruktif terhadap kemampuan berpikir logis.
3. Selaras dengan Dhina Anisatul Mukarromah (2016). Riset Dhina membuktikan bahwa Layanan Bimbingan Kelompok teknik *Problem Solving* efektif meningkatkan aspek kognitif-perilaku (motivasi belajar) siswa. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian ini; karena variabel emosional *Alexithymia* dan kapasitas *Problem Solving* terbukti berjalan terpisah (tidak berkorelasi),

maka kemampuan pemecahan masalah dipandang sebagai sebuah keterampilan (*behavioral skills*) yang mandiri. Keterampilan ini dapat diintervensi, dilatih, dan diakselerasi oleh guru BK di madrasah tanpa harus terhambat oleh tipe kepribadian afektif bawaan siswa.

Meskipun hubungan makro antar-variabel tidak signifikan, hasil analisis matriks korelasi silang (*inter-aspect correlation*) memberikan gambaran psikologis yang lebih detail:

1. Korelasi terkecil ditemukan pada aspek *Externally-Oriented Thinking* (EOT) dengan *Problem Orientation* sebesar -0,088, membuktikan bahwa kecenderungan peserta didik yang berpikir mekanis-praktis tidak memengaruhi kesiapan mental mereka saat mendeteksi masalah.
2. Korelasi negatif terbesar bernilai -0,154, yaitu antara aspek *Difficulty Describing Feelings* (DDF) dengan *Problem-Solving Skills*. Secara psikologis praktis, angka ini menunjukkan sebuah pola logis. ketika seorang peserta didik mengalami kesulitan atau kecanggungan dalam merangkai kata untuk mendeskripsikan perasaan batinnya kepada orang lain, ada kecenderungan kecil proses pemecahan masalah yang melibatkan interaksi sosial atau kerja kelompok di kelas akan sedikit terhambat akibat miskomunikasi. Namun, karena nilai $0,154 < r_{\text{tabel}} (0,3388)$, hambatan ekspresi verbal ini terbukti tidak sampai merusak atau menurunkan kapasitas penalaran logis peserta didik dalam merancang strategi solusi.

Oleh karena itu, guna mengoptimalisasi kompetensi *problem solving* peserta didik XI-H, intervensi psikologis atau konseling dari Guru BK tidak perlu dititik beratkan pada metode penyusunan strategi kognitif belaka, melainkan harus diorientasikan terlebih dahulu pada pelatihan regulasi emosi, asertivitas komunikasi konflik, serta pengenalan emosi diri secara mendalam.

Tidak adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel ini memberikan arah kebijakan yang jelas bagi pengembangan program Layanan Bimbingan dan Konseling di MAN 2 Banjarmasin. Dikarenakan kedua aspek berjalan secara independen, Guru BK dapat merancang program layanan komprehensif melalui dua jalur alternatif:

1. Layanan Dasar (Bimbingan Klasikal/Kelompok)

Ditujukan untuk terus mengoptimalkan aspek *Problem-Solving* peserta didik yang masih berada di kategori sedang (69,12%). Guru BK dapat fokus memberikan latihan keterampilan kognitif, teknik pengambilan keputusan, dan simulasi kasus tanpa perlu cemas terhadap hambatan kepribadian siswa

2. Layanan Responsif (Konseling Individu):

Ditujukan secara spesifik untuk memfasilitasi peserta didik yang didapatkan memiliki skor kecenderungan *Alexithymia* tinggi. Intervensi difokuskan pada pengenalan emosi (*emotional literacy*) dan mereduksi budaya supresi emosi yang kaku agar peserta didik mampu mengomunikasikan perasaannya secara sehat demi meningkatkan kesejahteraan mental (*well-being*) mereka di masa depan

