

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Kekuatan harapan merupakan energi atau dorongan yang dimiliki individu untuk menghadapi permasalahan yang terjadi dalam hidup (Larsen, 2012). Kekuatan harapan menjadi dasar perilaku individu dalam menyelesaikan permasalahan secara terencana sehingga dapat mencapai tujuan. Kekuatan harapan merupakan penyatuan antara energi dengan kemampuan kognitif yang membantu individu untuk bertindak, mengambil keputusan dan menemukan penyelesaian masalah (Gillham, Reivich, Jycox & Seligman, 1995). Individu yang memiliki kekuatan harapan akan membangun berbagai perubahan penting sehingga dapat menyelesaikan masalah hidup (Bronk, dkk., 2009). Individu membutuhkan harapan layaknya ikan yang membutuhkan air jernih (Feire dalam Christens, Collura & Tahir, 2013). Kekuatan harapan merupakan variabel yang memberi pengaruh positif terhadap individu.

Harapan merupakan salah satu aspek yang berpengaruh terhadap kesehatan mental individu. Harapan (*Hope*) dapat mendukung kesehatan mental individu, mampu mendukung prestasi akademik individu dan memberi dorongan pada individu untuk berperilaku positif (Hochheimer, 2009). Individu yang memiliki kekuatan harapan mengalami permasalahan psikologis yang lebih sedikit (Froh, Sefick & Emmons, 2008, hlm. 213-233). Individu dengan kekuatan harapan mampu menghadapi permasalahan dengan tindakan yang positif (Prestin, 2013). Harapan merupakan salah satu variable yang memiliki kontribusi positif terhadap kondisi mental individu. Individu dengan kekuatan harapan tinggi memiliki kondisi mental yang sehat.

Individu dengan kekuatan harapan tinggi akan memiliki sikap optimis dalam menghadapi masalah serta tantangan yang dialami dalam setiap aspek

kehidupan. Individu dengan kekuatan harapan yang tinggi mampu menyusun strategi dan menemukan jalan untuk menyelesaikan masalah (Snyder, 2002). Individu dengan kekuatan harapan yang tinggi mampu menemukan cara untuk menyelesaikan masalah, serta kemampuan individu untuk menata tujuan yang jelas dan terukur. Individu dengan kekuatan harapan yang tinggi memiliki pemikiran optimis bahwa hal baik akan muncul setelah melewati keadaan yang buruk (Bailey, dkk., 2007, 168). Individu yang memiliki kekuatan harapan tinggi akan menampilkan respon positif terhadap stimulus lingkungan (Hutz, dkk, 2014). Individu dengan kekuatan harapan tinggi mampu menghadapi dan mencari jalan keluar dari setiap masalah yang terjadi dalam hidupnya. Harapan diperlukan individu untuk menjalankan kehidupan yang bermakna dan menemukan solusi dari permasalahan yang dihadapi. Individu yang tidak memiliki kekuatan harapan, memiliki kesulitan untuk menyelesaikan masalah dan menemukan jalan untuk meraih tujuan hidup.

Individu yang tidak memiliki kekuatan harapan memiliki emosi negatif dalam kondisi tertekan serta sulit menata rencana untuk meraih impian (Shogren, dkk., 2006). Individu yang memiliki kekuatan harapan rendah cenderung mengalami gangguan psikologis (Frank dalam Lersen, 2012). Individu yang kehilangan harapan akan kehilangan rasa optimis dan berada pada keadaan stagnan. Kekuatan harapan merupakan salah satu aspek yang membantu individu terhindar dari emosi negatif setiap menghadapi permasalahan yang terjadi dalam hidup. Kekuatan harapan mempengaruhi kemampuan individu untuk menyelesaikan masalah.

Kekuatan harapan dipengaruhi oleh kondisi keluarga. Kondisi keluarga yang utuh mampu mendukung perkembangan kekuatan harapan anak (Mcdermott and Hastings). Sedangkan perceraian membangun paradigma kepada anak-anak bahwa keluarga tidak memberikan rasa aman dan bahagia sehingga dan merikan keyakinan bahwa mereka tidak memiliki kemampuan untuk menyelesaikan permasalahan pada keluarganya (Curwin, 1992). Kondisi keluarga yang bermasalah menghambat perkembangan kekuatan harapan pada anak , orang tua merupakan role model yang menjadi cerminan harapan

mereka(Snyder, 1994). Kondisi keluarga mempengaruhi kemampuan berfikir anak dan membangun keyakinan akan harapan.

Kekuatan harapan merupakan variable yang menarik perhatian para peneliti dari berbagai disiplin ilmu selama lebih dari tiga dekade (Farran, Herth, & Popovich, 1995; Chamodraka, 2008). Kekuatan harapan telah menjadi subjek penelitian dalam berbagai disiplin ilmu seperti bidang kesehatan, filsafat, psikiatri, dan disiplin ilmu psikologi (Scioli, dkk., 2011). Erikson (1953) seorang ahli dari bidang psikologi mengklaim kekuatan harapan sebagai salah satu aspek dari tahap pertama dalam perkembangan teori psikososialnya. Snyder dan rekannya sejak akhir abad ke 19 merupakan pengembang teori kekuatan harapan yang menjadi dasar studi-studi empiris tentang harapan di bidang psikologi. Seligman dan Peterson menjelaskan dalam bukunya bahwa kekuatan harapan merupakan salah satu aspek dalam kekuatan karakter yang dimiliki individu. Penelitian mengenai kekuatan harapan berkembang hingga tiga dekade.

Para peneliti sepanjang paruh kedua abad kedua puluh telah mengkonstruksi dan mengembangkan berbagai definisi konseptual mengenai kekuatan harapan. Dalam penelitian kontemporer, penelitian terhadap kekuatan harapan terarah pada keterkaitan kekuatan harapan dengan berbagai variabel dan subjek penelitian (Lopez, 2012). Kekuatan harapan memiliki kaitan terhadap kondisi psikologis yang positif (Watkins, Hunt, Eisenberg, 2011). Berdasarkan studi yang dilakukan oleh Bronk dkk tahun 2009, Edwards dkk tahun 2007, Gilman, Dooley, & Florell tahun 2006, Hexdall & Huebner tahun 2007, Shoegren dkk tahun 2006, Vacek dkk tahun 2010, Valle dkk tahun 2006 dan penelitian oleh Wong & Lim tahun 2009, mendeskripsikan bahwa harapan mempengaruhi kepuasan hidup individu. Harapan (*Hope*) mendorong individu untuk memiliki perasaan positif dalam menghadapi permasalahan yang terjadi. Selain memiliki kontribusi terhadap kesehatan mental individu, kekuatan harapan memiliki kaitan terhadap prestasi akademik individu.

Harapan juga telah secara khusus terbukti memiliki hubungan positif dengan prestasi akademik. Kekuatan harapan memiliki keterkaitan dengan prestasi akademik (Snyder, Cheavens, & Michael, 1999). Remaja dengan kekuatan harapan tinggi mampu terhindar dari peristiwa kehidupan yang penuh tekanan (Valle, Huebner & Suldo, 2006). Harapan merupakan salah satu predictor dalam prestasi akademik remaja (Bryce dkk. 2019). Kekuatan harapan merupakan salah satu faktor untuk membangun suasana belajar yang nyaman untuk remaja (Van Ryzin, 2011). Harapan berfungsi sebagai kekuatan psikologis yang memotivasi remaja untuk mencapai tugas perkembangan dan memiliki pola pikir futuristik, serta harapan memiliki korelasi positif terhadap kesejahteraan psikologis pada siswa di sekolah menengah atas (Kenny dkk. 2006). Remaja dengan kekuatan harapan tinggi memiliki semangat yang tinggi untuk belajar dan memiliki kemampuan untuk berprestasi.

Lebih dari 30 penelitian telah mengungkap kekuatan harapan dalam memprediksi kondisi siswa di sekolah menengah, sekolah menengah atas, dan mahasiswa (Lopez, 2013). Harapan merupakan salah satu faktor pendorong remaja untuk memiliki prestasi akademik (Adelabu, 2008; Gilman et al., 2006). Remaja yang memiliki harapan menunjukkan sikap optimis dalam belajar (Ciarrochi et al., 2007). Remaja dengan kekuatan harapan memiliki dorongan untuk berprestasi (Edwards et al., 2007) dan memiliki ketahanan psikologis dalam menghadapi rintangan (Hexdall & Huebner 2007). Harapan memberi dampak positif terhadap kehidupan remaja (Burrow et al., 2010). Kekuatan harapan membantu remaja untuk menyelesaikan studi yang ditempuh dengan menghadapi berbagai rintangan selama belajar. Kekuatan harapan merupakan salah satu faktor yang mendukung remaja untuk meraih prestasi.

Studi mengenai harapan telah dilakukan oleh Minesota terhadap 36.539 siswa kelas enam, Sembilan dan duabelas yang membahas antara harapan (*hope*) dengan kekerasan. Harapan merupakan faktor terkuat yang membantu siswa memiliki nilai yang tinggi dan memberi efek positif terhadap pembelajaran (Ciarrochi, Heaven & Davies, 2007, hlm. 116). Hasil penelitian Gallup Student Poll (dalam Callina, 2014) melalui metode survey kepada

240.000 anak di kelas 5 sampai kelas 12 menunjukkan kekuatan harapan berkorelasi kuat dengan indikator *self efficacy*, *self-regulation*, dan *well-being*. Kekuatan harapan merupakan salah satu faktor yang mendukung keberhasilan individu untuk mengendalikan prestasi, mendukung perkembangan kognitif, dan variabel psikologis seperti *engagement*, *optimisme*, dan *self-efficacy* khususnya siswa di sekolah (Lopez, 2013). Siswa dengan kekuatan harapan yang tinggi memiliki performa yang positif dalam proses pembelajaran.

Penelitian terhadap 322 siswa pada rentang usia 11 sampai dengan 15 tahun menunjukkan terdapat hubungan positif antara kekuatan harapan dengan *school engagement* dan *wellbeing* (Demirci, 2020). Penelitian lain terhadap 447 siswa sekolah menengah atas menunjukkan kekuatan harapan yang tinggi berpengaruh terhadap peningkatan semangat dan komitmen siswa untuk sukses (Dixson, 2019). Siswa yang baru beradaptasi pada lingkungan sekolah menengah atas menunjukkan tingkat stress yang tinggi apabila memiliki kekuatan harapan yang rendah (fraser, dkk., 2021). Penelitian terdahulu menunjukkan kekuatan harapan merupakan aspek yang berkontribusi terhadap perubahan perilaku positif, mendorong siswa untuk semangat dalam belajar dan berprestasi secara akademik.

Berdasarkan hasil studi lapangan, Guru BK SMA Negeri 2 Pagaden mencatat fenomena siswa yang memiliki prestasi akademik tinggi selama empat semester berturut-turut. Siswa memiliki prestasi sebagai juara parallel di jurusan. Siswa menunjukkan semangat yang tinggi dalam belajar dan aktif dalam mengikuti kegiatan-kegiatan di sekolah baik ekstrakurikuler maupun kegiatan yang membutuhkan kerjasama dalam kelompok. Berdasarkan hasil studi pendahuluan diketahui bahwa siswa memiliki kecenderungan kekuatan harapan, hal tersebut ditunjukkan dengan kemampuan siswa untuk menetapkan tujuan, kemampuan untuk membuat strategi dan memiliki semangat yang tinggi dalam mencapai tujuan. Namun berdasarkan hasil studi pendahuluan, terdapat beberapa indikator kekuatan harapan yang perlu ditingkatkan.

Harapan disinyalir mampu menjadi salah satu faktor yang mendorong siswa untuk berprestasi secara akademik (Lopez, 2013). Kekuatan harapan

merupakan salah satu kekuatan karakter yang membantu individu untuk memiliki nilai akademik yang baik dan mampu menyelesaikan permasalahan belajar. Berdasarkan fenomena-fenomena yang ditemukan, peneliti berpendapat bahwa penting untuk menerapkan *Brief Hope Intervention* untuk mengembangkan kekuatan harapan siswa.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Harapan merupakan bagian yang penting dalam mendorong individu mencapai perkembangan yang optimal. Individu yang kehilangan harapan tidak mampu secara mandiri menyelesaikan permasalahannya. Siswa yang memiliki harapan tinggi memiliki pencapaian akademik yang baik dan mampu menyelesaikan masalah yang dialami dalam pembelajaran. Siswa dengan kekuatan harapan yang tinggi menunjukkan sikap yang positif selama menyelesaikan studi. Kekuatan harapan merupakan salah satu faktor yang mendukung siswa untuk memiliki semangat dan komitmen selama belajar. Siswa dengan kekuatan harapan yang tinggi terlibat aktif dalam pembelajaran serta memiliki keinginan yang tinggi untuk melanjutkan pendidikan tinggi. Harapan merupakan salah satu aspek yang mendukung siswa berprestasi di sekolah. Siswa sebagai calon penerus bangsa diharapkan membangun impian dan menata strategi nyata untuk mendukung perubahan bangsa kearah yang lebih baik. Ketiadaan harapan (*hopeless*) melahirkan pencapaian yang rendah.

Siswa yang memiliki kekuatan harapan yang rendah memiliki tingkat stress yang tinggi. Hasil dari penelitian terdahulu menunjukkan siswa dengan kekuatan harapan yang rendah mengalami masalah belajar seperti tidak mampu menyelesaikan tugas secara mandiri, tidak fokus selama belajar dan memiliki tingkat kehadiran yang rendah. Siswa dengan kekuatan harapan yang rendah memiliki pencapaian akademik yang rendah. Siswa dengan kekuatan harapan yang rendah umumnya tidak memiliki tujuan setelah menyelesaikan studi. Siswa dengan kekuatan harapan rendah rentang putus sekolah. Salah satu penyebab tingginya permasalahan belajar siswa.

Studi mengenai penerapan *brief hope intervention* telah dilakukan pada tahun 2019 kepada pasien dengan kondisi memiliki penyakit kronis. Penelitian lainnya dilakukan pada tahun 2020 kepada pasien kanker. Hasil studi menunjukkan terdapat pengembangan kekuatan harapan setelah melalui layanan *brief hope intervention*. Layanan *brief hope intervention* belum dilaksanakan di lingkungan sekolah. Deskripsi pengembangan kekuatan harapan perlu diketahui untuk menjadi sumber informasi dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Maka dari itu perlu dilakukan studi yang mengungkap munculnya kekuatan harapan siswa setelah menerapkan layanan *brief hope intervention*.

Berdasarkan hasil identifikasi masalah yang telah dipaparkan, rumusan masalah penelitian adalah “bagaimana penerapan *brief hope intervention* dalam pengembangan kekuatan harapan siswa dengan prestasi tinggi?”

1.3 Tujuan Penelitian

Studi pengembangan kekuatan harapan dengan layanan *brief hope intervention* kepada siswa belum pernah dilakukan. Maka dari itu perlu adanya studi yang mendeskripsikan penerapan *brief hope intervention* dalam pengembangan kekuatan harapan siswa dengan prestasi tinggi. Tujuan penelitian adalah untuk mendeskripsikan penerapan *brief hope intervention* untuk pengembangan kekuatan harapan siswa.

1.4 Manfaat Penelitian

Studi diharapkan memiliki manfaat secara teoretis dan praktis sebagai berikut.

a. Manfaat Teoritis

studi diharapkan dapat memperkaya pengetahuan dan pemahaman teknik yang digunakan untuk mengembangkan kekuatan harapan siswa, serta memberikan kontribusi bagi pengembangan keilmuan bimbingan dan konseling yang berkaitan dengan kekuatan harapan.

b. Manfaat Praktis

1) Bagi Guru BK

Hasil studi diharapkan menjadi salah satu acuan bagi guru bimbingan dan konseling untuk mengetahui dan memahami penerapan *brief hope intervention* dalam mengembangkan kekuatan harapan siswa dengan prestasi akademik yang tinggi.

2) Bagi peneliti selanjutnya

Hasil studi diharapkan menjadi salah satu referensi berdasarkan tema yang berkaitan. Melalui hasil studi, diharapkan dapat mengembangkan teknik baru untuk mengembangkan kekuatan harapan siswa.

1.5 Struktur Organisasi Tesis

Sesuai kerangka penulisan, penelitian ini diuraikan berdasarkan urutan sebagai berikut :

- Bab I : Pendahuluan, di dalamnya membahas latar belakang masalah, identifikasi masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi.
- Bab II : Kajian Pustaka yang di dalamnya membahas beberapa teori dan konsep Kekuatan Harapan dan penerapan *Brief Hope Intervention*.
- Bab III : Metode penelitian, berisi tentang uraian teknik pengumpulan data, prosedur pengumpulan data, teknik pengolahan dan analisis data.
- Bab IV : Pembahasan menguraikan tentang temuan data yang ditemukan selama penelitian serta deskripsi dari rumusan permasalahan yang di ambil.
- Bab V : Merupakan kesimpulan dari hasil penelitian dan pembahasa serta membahas rekomendasi terhadap penelitian selanjutnya.